Секреты
♦японской кухни♦

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Данная книга содержит наиболее популярные рецепты национальной японской кухни.

Руководствуясь советами, приведенными в издании, как начинающий повар, так и мастер кулинарного искусства сможет приготовить вкусные блюда согласно традициям Страны восходящего солнца. Это и салаты из морепродуктов, и тарталетки с различными начинками из мяса, овощей, фруктов; массы и паштеты, подаваемые с рисовыми лепешками, это и суши, и горячие супы, пользующиеся особой популярностью, а также знаменитые японские соусы, напитки и десерты.

- Светлана Хворостухина
  - ВВЕДЕНИЕ
  - ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ
  -
    - Салаты из морепродуктов
    - Мясные и овощные салаты
    - Тарталетки
    - Массы и паштеты
    - Суси
  - СУПЫ
  - ГОРЯЧИЕ БЛЮДА
  - СЛАДКИЕ БЛЮДА И ДЕСЕРТЫ
  - НАПИТКИ
  - СОУСЫ

Светлана Хворостухина

Секреты японской кухни

ВВЕДЕНИЕ

Страна восходящего солнца является, пожалуй, самой загадочной из всех государств, обозначенных на политической карте современного мира. Для европейцев все, что так или иначе оказывается связанным с жизнью японцев (включая процесс приготовления и приема пищи), окружено ореолом таинственности и романтичности. Именно этим и объясняется возросший в последнее время со стороны жителей европейских стран особенный интерес к островному государству и его традициям.

Для японцев прием пищи – настоящий ритуал, традиции которого сохраняются на протяжении многих веков и передаются из поколения в поколение. По мнению жителей Японских островов, только самое лучшее из даров земли и моря достойно оказаться на столе. При этом кулинар во время приготовления того или иного блюда должен стараться сохранить все природные качества продукта.

Именно поэтому все японские повара во время приготовления пищи руководствуются правилом: «Найди и открой!». В Японии мастера кулинарного искусства, работая над созданием того или иного блюда, стремятся к тому, чтобы подчеркнуть данный природой вкус и аромат продукта, а не заглушить его с помощью всевозможных приправ и пряных трав.

Сервировке отводится не последнее место в японском ритуале приема пищи. При этом большое значение имеет красивое оформление того или иного блюда. Не случайно в Европе родилась поговорка о том, что «японец ест глазами». Действительно, каждое блюдо традиционной японской кухни настолько совершенно по красоте, яркости красок и форме, что по праву может быть названо своеобразным шедевром кулинарного искусства.

Еще одной особенностью японской кулинарии считается то, что обязательным условием является отражение текущего времени года. Каждому сезону соответствует тот или иной продукт (например, морковь и свекла – осени, зелень пряных трав – весне и т. п.). Такое соответствие продукта определенному времени года, равно как и его свежесть, является главным составляющим японской кухни.

Особенностью традиционной кухни Страны восходящего солнца является и количество употребляемой пищи. Ее в Японии подают столько, сколько будет достаточным для того, чтобы насытиться, но не переесть. Главным критерием составления блюд в Японии признано не количество продуктов-ингредиентов, а их разнообразие, а также способ обработки.

Чаще всего меню составляют несколько (три-четыре перемены) блюд, приготовленные из различных продуктов: круп, даров моря, овощей, кореньев и фруктов. В результате каждый прием пищи превращается в своеобразную дегустацию различных по качеству, аромату и вкусу продуктов. Судя по сохранившимся памятникам письменности, классический обед японской аристократии состоял из 15-20 блюд. В настоящее время количество подаваемых блюд на один прием пищи значительно сократилось, однако принцип умеренности остался ведущим в японской кулинарии.

Еще одним отличием японской кухни от европейской является то, что в Японии не существует понятия определенной смены блюд. Завтрак, обед и ужин имеют лишь начало, середину и завершение. Все блюда подаются одновременно, и можно начинать прием пищи с любого из них. То же относится и к обеду: его также можно начинать с любого блюда (вовсе не обязательно с первого или холодной закуски), однако зеленый чай подают в самом начале и пьют на всем протяжении трапезы.

К слову, чаепитие считается одним из главных ритуалов, связанных в Японии с приемом пищи. Он сохраняется неизменным вот уже несколько столетий. Традиционно в чаепитии должны принимать участие не более 5 человек. Ритуал проводят в затемненной, скромно оформленной комнате, без

лишних предметов. Только две вещи используются во время чаепития в Японии: белая скатерть и бамбуковый ковш для разливания чая.

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

В японской национальной кухне салатам отводится центральное место. Многие японские кулинары считают их важнейшими блюдами любого меню. Нужно заметить, что приготовленные мастерами салаты представляют собой настоящее произведение кулинарного искусства. Они могут быть поданы к столу не только в качестве холодной закуски, но и как самостоятельное блюдо.

Как известно, Япония – островное государство, со всех сторон окруженное морем. Именно поэтому морепродукты являются главными ингредиентами при приготовлении всех блюд, в том числе и холодных закусок.

Салаты из морепродуктов

Как уже было сказано выше, характерной чертой японской национальной кухни являются блюда, в состав которых входят морепродукты: креветки, омары, морские гребешки, мидии и морская капуста. Салаты, приготовленные из морепродуктов,

считаются в Японии самым популярным блюдом. Они всегда в большом количестве представлены в меню завтраков, обедов и ужинов.

Салат из кальмаров с морковью

500 г кальмаров, 300 г картофеля, 200 г моркови, 200 г свежих огурцов, 100 г консервированного зеленого горошка, 200 г сметаны, соль и перец по вкусу.

Кальмары залить крутым кипятком и сразу же очистить от кожицы. После этого на несколько минут опустить их в кипящую подсоленную воду, остудить и нарезать полосками.

Овощи (картофель и морковь) отварить, нарезать кружочками, огурцы нашинковать.

Все перемешать, заправить сметаной, посолить, посыпать перцем. К столу подавать, посыпав оставшимся консервированным зеленым горошком.

Салат из кальмаров с репчатым луком

500 г кальмаров, 200 г репчатого лука, сахар, 3%-ный раствор уксусной кислоты, соль по вкусу, 10 горошин душистого перца, 3 лавровых листа.

Прежде всего нужно приготовить маринад. Для этого следует поставить на огонь кастрюлю с водой, довести до кипения и добавить соль, сахар, раствор уксусной кислоты, перец горошком и лавровый лист. После того как вода закипит, убавить огонь и варить несколько минут, после чего снять с плиты и остудить.

Репчатый лук нарезать кольцами, положить его в фарфоровую миску и залить маринадом.

Кальмары обдать крутым кипятком и быстро снять кожицу, затем варить в кипящей воде в течение 5 минут. Охлажденные кальмары нарезать полосками, положить в салатницу, сверху залить маринадом и посыпать маринованным луком.

К столу маринованных кальмаров подавать спустя 30 минут после приготовления.

Салат из кальмаров с яйцами и сметаной

500 г филе кальмаров, 2 яйца, 200 г сметаны, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Филе кальмаров варить в течение нескольких минут в кипящей подсоленной воде, после чего остудить и мелко нарезать. Сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы, нарезать мелкими кубиками.

Подготовленные ингредиенты перемешать, заправить сметаной, посолить и посыпать перцем. Салат переложить в салатницу и украсить мелко нарубленной зеленью укропа.

Салат из креветок и риса с бараниной

300 г риса, 600 г воды, 300 г вареной баранины, 300 г креветок, 200 г апельсина, сок 1 лимона, соль по вкусу.

Для приготовления заправки: 7 г горчицы, 5 г сахара, 10 г 3%-ного уксуса, желток 1 яйца, 200 г растительного масла, 1 апельсин, соль по вкусу, 20 г маисовой муки.

Рис перебрать, промыть проточной водой и отварить в подсоленной воде, затем откинуть на дуршлаг и снова промыть.

Приготовить заправку. Для этого взбить миксером горчицу, сахар, уксус, соль и желток, постепенно добавляя растительное масло. Выдавить сок из апельсина и развести его кипяченой водой в соотношении на 1 часть апельсинового сока 7 частей воды. Затем добавить в полученную массу маисовую муку, все тщательно перемешать и вскипятить. Горячую массу, не остужая, смешать с приготовленной заправкой.

Мясо и креветки нарезать мелкими кубиками, добавить сваренный рис, мелко нарезанные дольки апельсина, все хорошо перемешать и сбрызнуть соком лимона. К столу салат подавать с заправкой.

Салат из морской рыбы и овощей

500 г морской рыбы, 200 г свежих огурцов, 200 г свежих помидоров, 100 г яблок кислых сортов, 50 г репчатого лука, 200 г

майонеза, 1 яйцо, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа и кинзы.

Морскую рыбу разрезать на куски, отварить, после чего остудить и отделить мясо от костей.

Репчатый лук нашинковать, яблоки очистить от кожицы и вырезать сердцевину, сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы. Яблоки и яйца нарубить мелкими кубиками. Огурцы и помидоры очистить от кожицы, мелко нарезать. Все подготовленные ингредиенты перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом. Перед подачей к столу украсить салат зеленью укропа и веточками кинзы.

Салат из отварной рыбы с картофелем

500 г морской рыбы, 3 яйца, 4 свежих огурца, 400 г картофеля, 100 г репчатого лука, несколько листьев зеленого салата, соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 5 г горчицы, 5 г сахара, 10 г 3%-ного уксуса, желток 1 яйца, 200 г растительного масла, соль по вкусу, 20 г томатной пасты, 20 г маисовой муки, молотый перец по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, картофель – в мундире. Сваренные картофель и яйца очистить и нарезать маленькими кубиками.

Рыбу очистить, промыть, нарезать кусками и сварить в предварительно подсоленной воде. Готовую рыбу отделить от костей.

Огурцы натереть на крупной терке, лук нашинковать.

Приготовить соус. Для этого горчицу смешать с сахаром, уксусом, мелко нарезанным желтком сваренного вкрутую яйца, добавить растительное масло, соль, перец, томатную пасту, маисовую муку и все тщательно перемешать с помощью миксера до получения массы однородной консистенции.

Все ингредиенты, предназначенные для приготовления салата, перемешать и залить приготовленным ранее соусом. Готовый салат выложить на широкое плоское блюдо и украсить листьями зеленого салата.

Салат из морской рыбы и риса

500 г свежей морской рыбы, 200 г риса, 30 г сливочного масла, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу, зелень укропа и петрушки, лавровый лист.

Вскипятить воду, добавить соль и перец, лавровый лист. Затем остудить отвар до комнатной температуры, опустить в кастрюлю предварительно выпотрошенную и промытую рыбу, варить ее до полной готовности. Сваренную рыбу остудить, отделить мясо от костей, нарезать узкими полосками.

Рис промыть проточной водой, отварить, откинуть на дуршлаг и вновь промыть. Все ингредиенты перемешать, поперчить, добавить размягченное сливочное масло и майонез.

Перед подачей к столу выложить приготовленную смесь в маленькие глубокие салатники и украсить веточками укропа и петрушки.

Салат из морской рыбы с зеленым луком

600 г морской рыбы, 3 яйца, 200 г сметаны, 300 г зеленого лука, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Предварительно очищенную рыбу промыть, отварить в подсоленной воде, затем отделить мясо от костей и нарезать его мелкими кусочками.

Сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы и нарезать тонкими кружками. Все перемешать, добавить сметану, соль и перец, половину мелко нарезанной зелени укропа. Перед подачей к столу украсить готовый салат веточками укропа и перьями зеленого лука.

Салат из морской рыбы и фасоли

500 г морской рыбы, 100 г красного сладкого перца, 150 г репчатого лука, 300 г зеленого салата, 200 г помидоров, 50 г белой фасоли, 2 яйца, несколько маслин, соль по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Для приготовления маринада: 40 г растительного масла, 10 г уксуса, 5 г готовой горчицы, зелень петрушки и укропа, 10 горошин черного перца, соль.

Рыбу выпотрошить, очистить, нарезать кусками, отварить, после чего остудить, отделить мясо от костей и нарезать небольшими кусочками.

Предварительно вымоченную в воде в течение нескольких часов фасоль отварить в подсоленной воде. Помидоры, очищенный лук и сладкий перец нарезать мелкими кусочками. Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы и нарезать кубиками.

Все ингредиенты соединить, тщательно перемешать и добавить маслины.

Приготовить маринад. Для этого смешать растительное масло, горчицу, уксус, соль и перец горошком. Заправить салат приготовленным маринадом.

Дно широкого плоского блюда застелить листьями салата и сверху положить приготовленную салатную массу. Готовый салат украсить веточками петрушки и укропа.

Салат-слойка из рыбы и моркови

600 г морской рыбы, 70 г сливочного масла, 150 г моркови, 150 г репчатого лука, 200 г майонеза, 2 л молока, соль по вкусу, базилик.

Предварительно выпотрошенную и промытую рыбу нарезать кусками и опустить в кастрюлю с подсоленным молоком. Варить в течение 15 минут. Рыбу остудить, отделить мясо от костей. Лук и морковь очистить, нашинковать и обжарить на сливочном масле.

В салатник слоями выложить кусочки рыбы, сверху полить майонезом, уложить слой нашинкованного репчатого лука, снова майонез, а потом – слой моркови. Затем повторить: слой рыбы, майонеза, слой лука и сверху – морковь.

Готовый салат украсить веточками базилика.

Салат из соленой сельди с овощами и сметаной

400 г сельди слабого посола, 300 г картофеля, 100 г яблок, 200 г сметаны, 150 г свежих огурцов, сок 1 лимона, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 30 г растительного масла, соль и

молотый черный перец по вкусу.

Предварительно выпотрошенную и очищенную рыбу опустить на 10 часов в холодную воду. По истечении указанного срока мясо отделить от костей и нарезать небольшими кусочками.

Отварить картофель в мундире, быстро очистить от кожицы и горячим нарезать кубиками. Смешать растительное масло с уксусом, лимонным соком, солью и перцем и залить приготовленной смесью картофельные кубики.

Огурцы очистить от кожицы, у яблок удалить сердцевину, нарезать кусочками. Все перечисленные ингредиенты перемешать, залить сметаной. Перед подачей к столу украсить готовый салат тонкими кружочками огурца.

Салат из рыбы с хреном

600 г свежей морской рыбы, 300 г картофеля, 100 г соленых огурцов, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 10 г тертого хрена, 250 г майонеза или густой сметаны, соль и перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Для приготовления данного салата лучше всего использовать треску. Рыбу выпотрошить, нарезать кусками и отварить в подсоленной воде, после чего отделить мясо от костей и нарезать небольшими кусочками.

Сваренный в мундире картофель и соленые огурцы очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками.

Все приготовленные ингредиенты смешать, добавить хрен, соль, уксус, перец, майонез или сметану и вновь перемешать. Перед подачей к столу украсить готовый салат кусочками огурца и веточками зелени петрушки и укропа.

Салат из соленой сельди с яблоками

300 г сельди, 200 г картофеля, 200 г молока, 150 г репчатого лука, 200 г яблок кислых сортов, 100 г майонеза, соль и перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Рыбу выпотрошить, промыть, снять кожу и осторожно отделить мякоть, после чего замочить на 1 час в молоке. По истечении указанного срока рыбу вынуть, обсушить с помощью

чистой салфетки и нарезать мелкими кусочками.

Картофель сварить в мундире, очистить от кожицы и нарезать кубиками, лук нашинковать. Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину и натереть на крупной терке. Все ингредиенты смешать, посолить, посыпать перцем и заправить майонезом. Готовый салат выложить горкой в глубокий салатник и украсить сверху веточками зелени укропа и петрушки.

Салат из медуз с огурцами

200 г соленых медуз, 200 г огурцов, 100 г сладкого перца, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, черный молотый перец по вкусу, лавровый лист, специи.

Соленые медузы замочить в уксусном растворе с добавлением черного молотого перца и лаврового листа. Огурцы очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками. Сладкий перец очистить от семян и мелко нарезать. Подготовленные медузы нарубить и смешать с овощами.

Перед подачей к столу готовый салат посыпать специями.

Салат из соленой сельди с фасолью

500 г соленой сельди, 200 г белой фасоли, 400 г вареного картофеля, 5 г готовой горчицы, 150 г зеленого лука, 250 г соленых огурцов, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 30 г растительного масла, 100 г майонеза, 100 г консервированного зеленого горошка, соль по вкусу.

Сельдь выпотрошить, промыть, снять кожу, отделить мякоть от костей и нарезать кусочками. Предварительно вымоченную в воде в течение нескольких часов фасоль варить в подсоленной воде до готовности, затем отбросить на дуршлаг, дав стечь воде. Готовую фасоль разделить на две части, одну из которых протереть через сито и смешать с растительным маслом, уксусом и горчицей.

Огурцы и картофель очистить от кожицы, нарезать кубиками, перья зеленого лука нашинковать.

Все ингредиенты соединить, заправить майонезом и, не перемешивая, выложить в глубокий салатник. Сверху готовый

салат можно украсить консервированным зеленым горошком.

Салат из кальмаров и морской капусты

200 г кальмаров, 250 г консервированной морской капусты, 50 г репчатого лука, 100 г моркови, 50 г растительного масла, 20 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Очистить кальмары и варить в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут, после чего остудить и нарезать соломкой. Морковь нарезать кубиками, лук нашинковать.

Все ингредиенты смешать с консервированной морской капустой, добавить соль, перец, уксус и растительное масло. Все вновь перемешать, посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки и поставить готовый салат в холодильник на 10-12 часов.

К столу подавать охлажденным.

Салат из мидий с зеленым горошком

200 г мидий, 2 яйца, 150 г зеленого салата, 200 г консервированного зеленого горошка, 20 г растительного масла, 150 г майонеза, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Промытые мидии отварить в небольшом количестве подсоленной воды с добавлением перца (можно заменить воду молоком, получится еще вкуснее).

Яйца отварить вкрутую, очистить от скорлупы и мелко нарубить, зеленый салат нарезать.

Все ингредиенты смешать, добавить зеленый горошек, заправить растительным маслом и майонезом. Готовую массу выложить горкой в салатник и сверху украсить веточками укропа и петрушки.

Салат из морских гребешков

500 г мяса морских гребешков, 300 г картофеля, 1 яйцо, 250 г свежих огурцов, 100 г моркови, 100 г консервированного зеленого горошка, 150 г сметаны, корень петрушки, зелень укропа, базилик, соль и молотый перец, специи по вкусу.

Корень петрушки отварить в подсоленной воде вместе с гребешками. Сварить вкрутую яйцо, очистить его от скорлупы и мелко нарезать.

В отдельной посуде отварить картофель и морковь. Охлажденные овощи, в том числе и огурцы, очистить от кожицы, нарезать кусочками. Сваренные морские гребешки нарезать ломтиками.

Выложить продукты в салатник, добавить консервированный зеленый горошек, сметану, перец, специи и все тщательно перемешать. Перед подачей к столу готовый салат украсить веточками укропа и базилика.

Салат из мидий с рисом

300 г мидий, 100 г воды или молока, 100 г риса, 150 г помидоров, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 50 г растительного масла, 1 яйцо, зелень укропа, соль и молотый перец по вкусу, лавровый лист.

Рис перебрать, хорошо промыть и отварить в подсоленной воде.

Мидии промыть, залить небольшим количеством воды или молока, добавить соль, перец, лавровый лист и варить в течение 20 минут. После этого мидии остудить и мелко нарубить.

Яйцо сварить вкрутую, остудить, очистить от скорлупы и нарезать мелкими кубиками. Помидоры нарезать маленькими кусочками.

Все перечисленные ингредиенты смешать, сбрызнуть уксусом, добавить растительное масло, соль и молотый перец. Все осторожно перемешать и выложить горкой в салатник.

Перед подачей к столу готовый салат украсить ломтиками помидора и веточками зелени укропа.

Салат из креветок и овощей

200 г креветок, 100 г картофеля, 50 г моркови, 150 г свежих огурцов, 150 г помидоров, 50 г консервированного зеленого горошка, 150 г майонеза, 70 г соевого соуса, зелень укропа.

Креветок отварить, нарезать небольшими кусочками. Морковь и картофель отварить, остудить, очистить, мелко нарезать. Огурцы и помидоры нарезать, как для обычного салата.

Все продукты перемешать, добавить консервированный зеленый горошек, соевый соус и заправить полученную массу майонезом. Готовый салат выложить горкой в салатник, украсить кружочками огурцов и помидоров, веточками укропа и подавать к столу.

Салат из креветок со сметаной и зеленью

300 г креветок, 300 г зеленого салата, 50 г густой сметаны, зелень укропа и петрушки, соль и молотый черный перец по вкусу.

Креветки варить в кипящей воде в течение 5 минут, после чего остудить, очистить и нарезать мелкими кусочками.

Листья салата промыть, слегка просушить чистой салфеткой или полотенцем, нарубить, посолить и посыпать перцем.

Выложить салат на широкое плоское блюдо, сверху положить кусочки креветок.

Затем все полить сметаной и посыпать рубленной зеленью укропа.

К столу готовый салат подавать охлажденным.

Салат из креветок под соевым соусом

300 г консервированных креветок, 50 г соевого соуса, 10 г свежего имбиря, 10 г кунжутного масла, 20 г куриного бульона без специй, 10 г рисовой водки, 5 г концентрата вейдзин, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, перья зеленого лука.

Очищенные креветки мелко нарезать. Имбирь и перья зеленого лука мелко нарубить.

Соевый соус, водку, уксус, бульон, концентрат вейдзин и кунжутное масло перемешать и взбить миксером до получения массы однородной консистенции.

В подготовленный салатник выложить нарезанное мясо креветок, сверху посыпать зеленью, залить приготовленным соусом и подать к столу.

Салат из морской капусты и картофеля

200 г консервированной морской капусты, 300 г картофеля, 100 г репчатого лука, 50 г растительного масла, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Морскую капусту мелко нарезать. Картофель отварить в мундире, очистить от кожицы и нарезать маленькими кубиками. Репчатый лук очистить и нашинковать.

Все перечисленные ингредиенты соединить, заправить растительным маслом, добавить соль, перец и все тщательно перемешать.

Перед подачей к столу украсить веточками укропа и петрушки.

Салат из крабов и овощей

200 г консервированных крабов, 100 г моркови, 50 г репы, 250 г картофеля, 150 г огурцов, 100 г помидоров, 100 г консервированного зеленого горошка, листья зеленого салата, 100 г майонеза, 30 г растительного масла, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, соль по вкусу.

Картофель, морковь и репу очистить от кожицы, отварить до готовности, остудить и нарезать мелкими кубиками. Помидоры и огурцы очистить от кожицы и нарезать тонкими кружочками.

Листья зеленого салата промыть. Несколько листочков оставить для украшения, остальные разрезать на 2-3 части, уложить в салатник горкой. По краям салатника выложить нарезанные овощи и зеленый горошек. Предварительно слив сок, уложить в салатник консервированные крабы.

Растительное масло смешать с раствором уксуса и соком от консервированных крабов, залить полученной смесью продукты. Перед подачей к столу полить продукты, выложенные в салатник, майонезом, после чего украсить целыми листочками зеленого салата.

Салат из морской капусты с вином

500 г морской капусты, 300 г листьев салата, 100 г растительного масла, 70 г куриного бульона, 20 г крахмала, 20 г вина, 20 г сахара, соль по вкусу.

Морскую капусту промыть проточной водой, затем нашинковать, опустить в кастрюлю с кипящей водой и варить в течение 10 минут.

На растительном масле обжарить листья салата, посолить, влить небольшое количество куриного бульона и тушить 5-7 минут, после чего выложить на тарелку. В той же сковороде обжарить морскую капусту, затем влить вино, куриный бульон, добавить сахар и крахмал, все перемешать и довести массу до кипения. Готовый салат выложить в салатник, слегка остудить и подать к столу.

Салат из крабов с фасолью и грецкими орехами

200 г консервированных крабов, 200 г фасоли, 70 г очищенных ядер грецких орехов, 20 г сливочного масла, 70 г репчатого лука, 50 г майонеза, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа и тимьяна.

Фасоль промыть и замочить в холодной воде на 5-6 часов, затем снова промыть и залить холодной водой. Поставить кастрюлю на огонь и варить до полной готовности. Лук очистить, положить в посуду с отварной фасолью.

Консервированные крабы подготовить, нарезать мелкими кусочками, положить в кастрюлю с фасолью. Ядра грецких орехов истолочь в ступке, все перемешать, поставить на огонь и немного подогреть. Добавить сливочное масло, майонез, соль и молотый перец.

Приготовленную массу слегка охладить. К столу готовый салат подавать, украсив веточками тимьяна и укропа.

Салат из креветок и мяса цыпленка

100 г подготовленных креветок, тушка 1 цыпленка, 100 г картофеля, 100 г свежих огурцов, 1 яйцо, 50 г майонеза, 20 г консервированного зеленого горошка, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Подготовленную тушку цыпленка сварить, затем отделить мясо от костей. Часть белого мяса нарезать тонкими длинными ломтиками для украшения салата, оставшуюся часть – мелкими кубиками.

Картофель отварить в мундире, очистить от кожуры и нарезать кубиками. Креветки разделить на 2 части. Свежие огурцы очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками.

Все ингредиенты соединить, залить майонезом, посолить и тщательно перемешать. Готовый салат украсить ломтиками белого мяса, дольками сваренного вкрутую яйца, веточками зелени петрушки и укропа.

Салат из крабов с рисом и огурцами

300 г крабов, 100 г риса, 1 лимон, 80 г майонеза, 300 г свежих огурцов, 100 г зеленого салата.

Рис перебрать, тщательно промыть и отварить до готовности.

Крабовое мясо нарезать небольшими кусочками. Лимон очистить от кожицы и разделить на дольки, цедру натереть на мелкой терке.

Кусочки крабов, рис и лимон перемешать, залить майонезом, выложить горкой в приготовленный салатник. Сверху готовый салат украсить листьями салата и тонкими кружочками огурцов.

Салат из креветок с рисом и мандаринами

300 г консервированных креветок, 100 г риса, 1 свежий мандарин, 100 г листьев зеленого салата, 80 г майонеза, 2 яйца.

Рис перебрать, промыть и отварить до готовности.

Креветки разрезать на 2 части. Мандарин очистить от кожицы, половину разделить на дольки, каждую из которых разрезать пополам, а из второй половины выдавить сок.

Перемешать рис и кусочки креветок. Полученную массу

заправить мандариновым соком и майонезом, украсить листьями салата. Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы и осторожно нарезать тонкими кружочками, украсить ими готовый салат.

К столу блюдо подавать сильно охлажденным.

Салат из крабов, цветной капусты и картофеля

300 г консервированных крабов, несколько листьев зеленого салата, 3 яйца, 200 г картофеля, 100 г цветной капусты, 100 г свежих помидоров, 10 г соевого соуса, 50 г майонеза или густой сметаны, веточки укропа.

Картофель, яйца, цветную капусту отварить до готовности. Сваренные овощи мелко нарезать, цветную капусту разделить на соцветия.

Листья зеленого салата мелко нарубить, а помидор нарезать маленькими кусочками.

Все указанные продукты смешать и заправить соевым соусом, затем добавить майонез или сметану. Крабовое мясо выложить на середину блюда, вокруг уложить салат.

К столу блюдо подавать слегка охлажденным, украсив веточками укропа.

Салат из креветок с яйцом и картофелем

300 г креветок, 3 яйца, 200 г картофеля, 100 г майонеза, 150 г консервированного зеленого горошка, сок 1 лимона, зелень петрушки.

Вареные креветки очистить и сбрызнуть лимонным соком.

Картофель и яйца отварить, затем очистить и нарезать мелкими кубиками. Все перемешать, добавить креветки и консервированный зеленый горошек.

Полученную массу заправить майонезом. Выложить смесь в салатник.

Перед подачей к столу готовый салат украсить вареными креветками, зеленым горошком и веточками петрушки.

Салат из кальмаров с картофелем и морковью

300 г кальмаров, 100 г картофеля, 70 г моркови, 70 г консервированных персиков, 100 г сметаны, молотый перец по вкусу, листья зеленого салата.

Кальмары обдать кипящей водой и быстро очистить от кожицы. Опустить их в кастрюлю с горячей водой, поставить на огонь и варить в течение 4-5 минут, после чего остудить и мелко нарезать.

Картофель и морковь отварить, очистить от кожицы. Персики разделить пополам и удалить косточки.

Все продукты нарезать кубиками. Смешать ингредиенты, полученную массу посыпать перцем, заправить сметаной и поставить на 2 часа в холодильник. Перед подачей к столу готовое блюдо украсить листьями зеленого салата.

Салат из морской рыбы и спаржи

300 г рыбы, 100 г спаржи, соевый соус по вкусу, 30 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 100 г консервированного зеленого горошка, сливочное масло для обжаривания, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить, выпотрошить и отделить мякоть от костей. Филе нарезать кусочками, залить их уксусом и оставить на 2 часа.

Отобрать одинаковые по величине стебли спаржи и осторожно снять с них кожицу, после чего промыть под струей холодной воды. Стебли спаржи связать в пучки по 10 штук и варить в кипящей подсоленной воде в течение 5-7 минут.

После этого откинуть спаржу на сито, удалить нить, выложить на смазанную сливочным маслом сковороду и обжарить.

Кусочки рыбы, спаржу, консервированный зеленый горошек перемешать, заправить соевым соусом и сразу подать к столу.

Салат из морского гребешка с яблоками и капустой

300 г мускула морского гребешка, 200 г свежих яблок, 150 г белокочанной капусты, 30 г редьки, 3 яйца, 20 г соевого соуса, 150 г майонеза, 10 маслин, зелень петрушки.

Мускул морского гребешка отварить в небольшом количестве

подсоленной воды, затем откинуть на дуршлаг и дать стечь воде, после чего остудить и нарезать кусочками.

Редьку очистить от кожицы и натереть на мелкой терке. Капусту нашинковать, затем размять руками, чтобы она дала сок. Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать ломтиками. Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы и мелко нарубить.

Все указанные ингредиенты смешать, заправить их соевым соусом и майонезом. Готовый салат выложить в салатник и украсить сверху маслинами, рубленым желтком и веточками петрушки.

Салат из морского гребешка и болгарского перца

400 г мускула морского гребешка, 4 сладких болгарских перца, 3 яйца, 100 г риса, 150 г майонеза, соль по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Мускул морского гребешка положить в кипящую подсоленную воду, варить в течение нескольких минут, затем остудить и нарезать мелкими ломтиками.

Сладкий перец очистить от семян и нарезать тонкими кольцами. Рис перебрать, промыть и отварить до готовности. Яйца сварить вкрутую и нарезать мелкими кубиками. Все ингредиенты перемешать, полученную массу заправить майонезом.

К столу салат подавать охлажденным, украсив веточками укропа и петрушки.

Салат из кальмаров с яблоками и репчатым луком

300 г кальмаров, 150 г яблок, 50 г репчатого лука, 3 яйца, 150 г майонеза, 50 г растительного масла, 1 лимон, зелень базилика и петрушки.

Кальмары обдать кипятком, быстро снять пленку и жарить на растительном масле в течение 3 минут, после чего немного остудить и нарезать кубиками.

Сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы и мелко нарубить. Яблоки очистить и нарезать маленькими ломтиками.

Лук нашинковать.

Все указанные ингредиенты смешать, заправить майонезом, сбрызнуть лимонным соком и посыпать зеленью базилика и петрушки.

К столу салат подавать слегка охлажденным.

Салат из кальмаров с яблоками и зеленым горошком

300 г кальмаров, 50 г кислых яблок, 30 г консервированного зеленого горошка, 10 г соевого соуса, 100 г сметаны, 1 яйцо, молотый перец по вкусу.

Кальмары обдать горячей водой и быстро снять пленку, после чего опустить на несколько минут в кастрюлю с кипятком.

Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину и нарезать маленькими ломтиками. Яйцо сварить вкрутую, очистить от скорлупы и мелко нарубить.

Все ингредиенты смешать, полученную массу заправить соевым соусом и сметаной, посыпать перцем и вновь перемешать.

Перед подачей к столу готовый салат украсить зеленым горошком.

Салат из креветок с патиссонами и грибами

300 г креветок, 200 г картофеля, 100 г патиссонов, 200 г шампиньонов, 1 яйцо, 150 г майонеза, сок 1 лимона, сахар, 10 г соевого соуса.

Креветки отварить и очистить, затем сбрызнуть лимонным соком.

Картофель отварить в мундире, очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками. Сваренные грибы и предварительно очищенные патиссоны нашинковать.

Все приготовленные продукты смешать, выложить в салатник, хорошо перемешать, добавить сахар. Полученную массу заправить соевым соусом и майонезом.

Перед подачей к столу готовый салат украсить кружочками вареного яйца и рублеными грибами.

Салат «Дары моря»

200 г кальмаров, 200 г трепангов, 100 г вареного морского гребешка, 200 г свежих огурцов, 200 г свежих помидоров, 10 г соевого соуса, 150 г майонеза, вареные креветки, зелень петрушки.

Морепродукты очистить и нарезать маленькими кусочками, огурцы и помидоры – тонкими кружочками.

Все смешать, заправить полученную массу соевым соусом и майонезом, выложить горкой в салатник. Готовый салат подать к столу, украсив креветками и веточками петрушки.

Салат из морской капусты с яблоками

300 г морской капусты, 70 г моркови, 70 г яблок, 70 г соленых огурцов, 150 г майонеза, 50 г лимонного сока, молотый перец по вкусу, 10 г соевого соуса, зелень укропа.

Морковь тщательно промыть, отварить и нарезать мелкими кубиками. Яблоки очистить от кожицы и мелко нарезать. Морскую капусту отварить в воде с добавлением лимонного сока. Соленые огурцы нарезать тонкими кружочками.

Все ингредиенты смешать, полученную массу посыпать перцем, заправить майонезом и соевым соусом.

Готовый салат выложить в блюдо и подать к столу, украсив мелко нарезанной зеленью укропа.

Салат из палтуса

100 г консервированной морской капусты, 400 г палтуса, 100 г репчатого лука, 2 яйца, 150 г майонеза, 30 г соевого соуса, молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Подготовленную (выпотрошенную, промытую и разрезанную на куски) свежую рыбу отварить до готовности, после чего остудить, отделить мясо от костей и разделить на небольшие ломтики.

Репчатый лук нашинковать, сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы, мелко нарубить, соединить с отварной рыбой и консервированной морской капустой, все перемешать.

Полученную массу заправить соевым соусом и майонезом и посыпать перцем.

Готовый салат подать к столу, украсив веточками укропа и петрушки.

Салат из морской капусты с луком и огурцами

200 г морской капусты, 100 г репчатого лука, 70 г моркови, 1 яйцо, 70 г растительного масла, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, зелень укропа и петрушки.

Морскую капусту промыть и варить в течение 30 минут, трижды меняя при этом воду, после чего остудить и нарезать соломкой.

Репчатый лук нашинковать, морковь тщательно промыть, отварить, очистить от кожицы и нарезать тонкими кружочками. Сваренное вкрутую яйцо очистить от скорлупы и мелко нарубить.

Растительное масло тщательно перемешать с уксусом, затем всыпать мелко нарезанную зелень укропа и петрушки. Все тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции.

Подготовленные продукты соединить, хорошо перемешать и заправить смесью, приготовленной из растительного масла и раствора уксусной кислоты. К столу готовый салат подавать слегка охлажденным.

Салат из кальмаров с рисом и зеленым горошком

300 г кальмаров, 3 яйца, 100 г риса, 50 г консервированного зеленого горошка, 30 г сметаны, 100 г майонеза, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Рис перебрать, промыть, всыпать в кастрюлю с кипящей водой и варить до готовности.

Кальмары залить горячей водой, очистить от кожицы, варить в течение 3 минут в слегка подсоленной воде, после чего нарезать полосками.

Яйца отварить вкрутую и мелко нарезать. Перемешать рис, кальмары, яйца, горошек, затем массу посолить и поперчить, добавить измельченный зеленый укроп и заправить майонезом,

смешанным со сметаной.

Готовый салат подавать к столу охлажденным, украсив веточками зелени.

Салат «Ассорти»

200 г морских гребешков, 300 г кальмаров, 100 г трепангов, 100 г креветок, 100 г свежих помидоров, 100 г свежих огурцов, 50 г грибов, 50 г майонеза, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Кальмары, креветки, морские гребешки и трепанги отварить по отдельности в подсоленной воде, остудить и нарезать небольшими кубиками.

Огурцы нарезать тонкой длинной соломкой, помидоры – небольшими дольками. Грибы перебрать, тщательно промыть и нарезать маленькими кусочками. Все ингредиенты перемешать, заправить майонезом, посолить, посыпать перцем, еще раз все перемешать и выложить в салатник горкой. Перед подачей к столу готовый салат остудить и украсить веточками укропа и целыми креветками.

Салат из мидий с базиликом

300 г мидий, 200 г риса, 50 г соевого масла, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 1 яйцо, 100 г помидоров, 2 лавровых листа, зелень укропа и базилика, соль по вкусу.

Рис перебрать, тщательно промыть и варить в подсоленной воде до полной готовности. Свежие мидии залить водой, добавить соль, лавровый лист и варить на среднем огне в течение 15-20 минут. После того как мидии остынут, мелко нарезать их.

Смешать вареные мидии с рисом, добавить соевое масло, раствор уксусной кислоты, посолить и еще раз все перемешать. К столу салат подавать охлажденным, украсив кружочками вареного яйца, ломтиками помидоров и веточками укропа и базилика.

Салат из креветок с зеленым луком и кунжутным маслом

500 г вареных креветок, 70 г имбирного корня, 70 г перьев зеленого лука, зелень укропа и петрушки.

Для соуса: 40 г кунжутного масла, 30 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 40 г куриного бульона.

Предварительно очищенные креветки нарезать небольшими кусочками. Зеленый лук и имбирный корень нашинковать. В приготовленный салатник выложить креветки, посыпать их зеленым луком и имбирем.

Приготовить соус. Для этого нужно смешать кунжутное масло, куриный бульон и раствор уксуса.

Приготовленным соусом залить салат и поставить его в холодильник на 1-2 часа. Перед подачей к столу салат можно украсить зеленью укропа и петрушки.

Салат из морской капусты и соевых ростков

300 г морской капусты, 100 г соевых ростков, 200 г зеленого салата, 30 г растительного масла, 30 г куриного бульона, крахмал, соль по вкусу, веточки укропа.

Морскую капусту промыть и нашинковать, после чего опустить в кастрюлю с кипящей водой и варить в течение 10 минут на слабом огне. Ростки сои мелко нарезать.

В сковороде на растительном масле в течение 1 минуты жарить мелко нарезанные листья салата, добавить соль и бульон и тушить массу 5 минут. После этого салат выложить на тарелку.

В той же сковороде слегка обжарить морскую капусту, выложить салат и крахмал, после чего довести смесь до кипения. Готовый салат слегка охладить и подать к столу, украсив веточками укропа.

Салат из риса с грибами и креветками

50 г сушеных древесных грибов, 100 г свежего зеленого горошка, 300 г риса, 300 г филе утки, 300 г ветчины, 1 зубчик чеснока, 1 луковица, 4 яйца, 250 г креветок, 40 г растительного масла, соль по вкусу, зелень кинзы и базилика.

Сушеные грибы залить теплой водой и оставить для

набухания. По истечении указанного срока воду слить, грибы хорошо промыть и мелко нарубить. Зеленый горошек бланшировать в течение 5 минут. Рис перебрать, промыть и отварить до готовности. Филе утки и ветчину нарезать маленькими кусочками.

Яйца тщательно взбить, добавить половину необходимого количества предварительно прокаленного растительного масла. Оставшееся масло разогреть на сковороде, после чего в течение 2-3 минут на сильном огне жарить заранее нашинкованные лук и чеснок, вынуть их с помощью шумовки и остудить. В том же масле обжаривать в течение 5 минут филе утки и ветчину, добавить креветки и жарить еще 3 минуты.

Рис, горошек, грибы, яйца смешать с приготовленными мясными продуктами, посолить. К столу блюдо подавать охлажденным, украсив веточками базилика и кинзы.

Салат из языка с анчоусами и омарами

400 г вареного говяжьего языка, 100 г анчоусов, 300 г омаров, 300 г соленых огурцов, 1 луковица, 10 г горчицы, зелень укропа, соль и корица по вкусу.

С языка снять кожу и нарезать мякоть кубиками. Лук мелко нарубить. Огурцы нарезать кубиками или соломкой, добавить нарезанные анчоусы и омары.

Все продукты соединить, посолить, добавить специи и горчицу, осторожно перемешать. Готовый салат выложить в салатник и перед подачей к столу украсить веточками укропа и кружочками огурцов.

Салат из морской рыбы с овощами и бадьяном

500 г свежей морской рыбы, 30 г корня сельдерея, 100 г моркови, 100 г сладкого перца красного и зеленого цвета, 100 г мясного бульона, 25 г кунжутного масла, 70 г лимонного сока, соль по вкусу, зелень бадьяна.

Свежую рыбу выпотрошить, очистить от кожи, отделить мясо от костей и хорошо промыть.

Полученное филе просушить чистой салфеткой, затем

сбрызнуть лимонным соком и нарезать тонкими полосками шириной не менее 2 см.

Морковь, сладкий перец и сельдерей очистить, промыть и мелко нарезать. Кунжутное масло раскалить на сковороде, обжарить в нем овощи, затем убавить огонь, влить мясной бульон, посолить по вкусу и тушить в течение 10 минут.

Поверх овощей выложить нарезанные куски маринованной рыбы, накрыть сковороду крышкой и тушить в течение 5 минут.

К столу салат подать, украсив зеленью бадьяна.

Треска под ароматным соусом

500 г филе трески, 2 яйца, 30 г имбирного корня, 40 г панировочных сухарей, 20 г семян кунжута, 70 г кунжутного масла, 30 г жира для фритюра, соль по вкусу, несколько горошин душистого перца, зелень укропа.

Сначала нужно приготовить маринад. Для этого смешать кунжутное масло, мелко нарезанный имбирный корень и душистый перец.

Филе трески нарезать небольшими кусочками, положить в маринад и оставить на 15-20 минут. После этого рыбу вынуть из маринада, посолить, обвалять в сухарях, смочить в предварительно взбитых яйцах и запанировать в кунжутных семенах.

На сковороде раскалить кунжутное масло и жир, выложить куски трески и быстро обжарить. Во время жаренья нужно периодически встряхивать сковороду для того, чтобы рыба обжаривалась равномерно. Готовую рыбу откинуть на сито или дуршлаг и дать излишкам масла стечь.

К столу салат подавать горячим, украсив веточками укропа.

Салат из свинины с сельдью

500 г отварной свинины, 300 г картофеля, 100 г соленых огурцов, 200 г яблок, 200 г филе сельди, 2 яйца, 200 г помидоров, зелень петрушки и укропа, 100 г майонеза или густой сметаны, соль по вкусу.

Свинину нарезать небольшими кусочками и выложить в

глубокую миску. Картофель отварить, остудить, очистить от кожицы и нарезать ломтиками. С яблок срезать кожицу, удалить сердцевину и мелко нарезать. Огурцы нарезать соломкой. Яйца отварить вкрутую, остудить и нарезать дольками.

Свежую сельдь выпотрошить, промыть и опустить в кипящую воду на несколько минут. Готовое филе нарезать маленькими кусочками.

Все продукты соединить, добавить майонез или сметану, посолить, перемешать и выложить в приготовленный салатник. Перед подачей к столу украсить салат ломтиками огурцов, помидоров и веточками петрушки и укропа.

Салат из мозгов с анчоусами и креветками

500 г мозгов, 300 г анчоусов, 300 г креветок, 3 яйца, 200 г соленых огурцов, 100 г сладкого болгарского перца, 100 г майонеза, хрен васаби, соль по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Мозги отварить в подсоленной воде до готовности, слить бульон, остудить их, очистить от пленок и нарезать мелкими кусочками.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить от скорлупы и нарезать кубиками. Анчоусы и креветки мелко нарезать. Перец разрезать вдоль на две части, удалить сердцевину и семена и нарезать мякоть тонкой длинной соломкой. Огурцы нарезать кубиками. Хрен натереть на мелкой терке.

Все продукты соединить, посолить, заправить майонезом и осторожно перемешать. Готовый салат переложить в салатник и перед подачей к столу украсить веточками укропа, кусочками перца и кружочками огурца.

Салат из мозгов и шпротов с овощами

400 г мозгов, 200 г шпротов, 200 г соленых огурцов, 100 г свежих помидоров, 2 яйца, 100 г майонеза, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа и базилика.

Мозги отварить в подсоленной воде, остудить, очистить от пленок и нарезать небольшими кусочками.

Яйца отварить вкрутую, остудить, очистить от скорлупы и

нарезать мелкими кубиками.

Огурцы нарезать кубиками или длинной соломкой, помидоры – маленькими ломтиками.

Подготовленные продукты соединить, добавить измельченные шпроты, все перемешать, полученную массу посолить, посыпать перцем, заправить майонезом и вновь перемешать.

Готовый салат выложить в салатник, перед подачей к столу украсить дольками яйца и веточками укропа и базилика.

Мясные и овощные салаты

Мясные и овощные салаты не менее популярны в Японии, чем холодные закуски, приготовленные из морепродуктов. Как правило, такие блюда питательны и полезны, содержат много витаминов, а мясные еще и высококалорийны.

Салат из помидоров с фруктами

400 г помидоров, 500 г свежего или консервированного ананаса, 400 г апельсинов, 1 лимон, 20 г сахара, 1 кочан салата, соль по вкусу, 50 г сливок или густой сметаны.

Свежий ананас очистить от кожицы, нарезать небольшими кусочками. Помидоры залить крутым кипятком, оставить на несколько минут, после чего очистить от кожицы и нарезать дольками.

Апельсины очистить от кожицы, вынуть семена, нарезать кружочками. Из лимона выжать сок.

Все ингредиенты смешать с сахаром и солью, перемешать и поставить на 2-3 часа в холодильник. Оставшийся лимонный сок, сливки или сметану и сахар взбить с солью с помощью миксера.

Перед подачей к столу выложить все продукты на листья салата, красиво расположив их на широком плоском блюде, и залить лимонно-сливочной смесью.

Салат из свиных почек под соевым соусом

500 г свиных почек, 200 г зеленого салата, 20 г соевого соуса, 20 г кунжутного масла.

Свиные почки очистить, нарезать полосками, затем обдать крутым кипятком, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода.

Каждый лист салата разрезать пополам. Разложить половинки листьев на широком плоском блюде.

Сверху на листья выложить кусочки свиных почек и залить все смесью, приготовленной из кунжутного масла и соевого соуса.

К столу салат подавать слегка охлажденным.

Салат из капусты и зеленого горошка

500 г капусты пакчой, 200 г консервированного зеленого горошка, 200 г сметаны 20%-ной жирности, веточки укропа и

петрушки.

Капусту промыть, нашинковать, добавить консервированный зеленый горошек и все перемешать. Приготовленную массу выложить горкой в салатник и сверху полить сметаной.

Перед подачей к столу готовый салат украсить зеленым горошком и веточками укропа и петрушки.

Салат из помидоров с сахаром и сметаной

500 г помидоров, 10 г сахара, 200 г густой сметаны, листья петрушки и кинзы.

У спелых помидоров удалить плодоножку, нарезать овощи тонкими кружочками и красиво выложить слоем на дно широкого плоского блюда. Сверху помидоры посыпать сахаром и полить сметаной.

К столу блюдо подавать слегка охлажденным и украшенным листьями петрушки и кинзы.

Салат из моркови с медом

300 г моркови, 40 г готового сиропа шиповника, 70 г меда, 30 г лимонного сока, 50 г толченых ядер грецких орехов, 100 г половинок ядер грецких орехов.

Свежую морковь очистить, натереть на мелкой терке. Мед слегка подогреть на водяной бане, после чего смешать с тертой морковью, сиропом шиповника, толчеными орехами и лимонным соком. Перед подачей к столу готовый салат украсить половинками ядер грецких орехов.

Салат из квашеной капусты с зеленью

200 г зеленого салата, 80 г репчатого лука, 100 г яблок кислых сортов, 100 г апельсинов, 200 г квашеной капусты, 150 г кефира, 30 г растительного масла, 5 г готовой горчицы, соль и молотый перец по вкусу.

Листья зеленого салата тщательно промыть, немного подсушить салфеткой или полотенцем и разложить на широком плоском блюде.

Репчатый лук нашинковать, яблоки и апельсины очистить от кожицы и мелко нарезать. В полученную массу добавить квашеную капусту, кефир и растительное масло, приправить горчицей, солью и перцем. Выложить приготовленную массу на листья салата.

К столу салат подавать слегка охлажденным.

Салат из огурцов с имбирем и базиликом

500 г огурцов, 70 г 3%-ного яблочного уксуса, 50 г сахара, имбирь, зелень базилика, соль по вкусу.

Огурцы очистить от кожицы, нарезать кружочками и выложить на широкое блюдо. Имбирь и базилик мелко нарезать, посыпать ими огурцы. Сахар растворить в яблочном уксусе, полить приготовленной заливкой салат, добавить соль. К столу салат подавать слегка охлажденным.

Салат «Имбирный»

300 г кочанного салата, 30 г сахара, 25 г растительного масла, 10 г сухой горчицы, 15 г имбиря, соль по вкусу.

Кочанный салат разделить на листья, тщательно их промыть, откинуть на дуршлаг и дать воде стечь. Затем нарезать листья тонкой соломкой, выложить в салатник, посолить и оставить на 5 минут, слегка отжав.

Растительное масло разогреть на сковороде, обжарить на нем сухую горчицу и смешать с нарезанными листьями салата. Добавить сахар, имбирь, соль и все вновь перемешать.

К столу готовый салат подавать слегка охлажденным.

Салат из сельдерея

400 г листового сельдерея, 30 г рафинированного растительного масла, 15 г уксуса, 1 яйцо, соль по вкусу.

Листья сельдерея промыть, нарезать и отварить на пару, затем промыть под струей холодной воды и, посолив, выложить в салатник.

Яйцо отварить вкрутую, очистить от скорлупы и нарезать маленькими кусочками. Все перемешать, добавить растительное масло, сбрызнуть раствором уксуса и сразу подать к столу.

Салат из капусты кимзи

300 г кимзи, 200 г репчатого лука, 30 г кунжутного масла, 3 зубчика чеснока, молотый душистый перец и соль по вкусу, зелень петрушки.

Кочан кимзи вымыть, удалить поврежденные листья и нашинковать, после чего пересыпать солью и оставить на 3-4 часа.

Репчатый лук и чеснок очистить, измельчить, соединить с капустой. Все перемешать.

В полученную массу добавить перец и соль, переложить в эмалированную посуду и оставить на 2 дня.

Перед подачей к столу готовый салат полить кунжутным маслом и украсить веточками петрушки.

Салат из печени с сельдереем

400 г говяжьей печени, 200 г сухих грибов, 3 яйца, 100 г моркови, 1 луковица, 100 г майонеза, 1 корень сельдерея, 30 г растительного масла, соль по вкусу, зелень укропа.

Печень тщательно вымыть, нарезать набольшими кусочками и варить в течение 15-20 минут в подсоленной воде. Грибы вымочить и отварить до готовности.

Лук нарезать полукольцами. Морковь почистить, натереть на крупной терке и обжарить в небольшом количестве растительного масла.

Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и нарезать кубиками. Корень сельдерея измельчить.

Все продукты соединить, посолить, заправить майонезом и аккуратно перемешать. Готовый салат переложить в салатник, а

перед подачей к столу украсить веточками укропа и кружочками свежей моркови.

Салат из краснокочанной капусты

300 г краснокочанной капусты, 70 г моркови, 1 пучок лука-порея, 200 г консервированных апельсинов, 300 г свежих яблок, 100 г сметаны, 50 г сахара, 80 г консервированной вишни и абрикосов, сок 1 лимона, соль по вкусу.

Предварительно разделенную на листья капусту и очищенную морковь нарезать соломкой. Консервированные апельсины, яблоки и лук-порей нарезать мелкими кубиками.

Все подготовленные продукты перемешать, заправить лимонным соком, сахаром, сметаной, посолить, добавить консервированные фрукты и вновь перемешать.

К столу готовый салат подавать слегка охлажденным.

Салат из почек и листьев салата с хреном

400 г свежих свиных почек, несколько листьев зеленого салата, 10 г растительного масла, 10 г соевого соуса, хрен по вкусу, зелень укропа.

Почки очистить от пленок, нарезать кусочками, выложить в кастрюлю и залить крутым кипятком. Через 2-3 минуты воду слить, а почки остудить.

Листья салата промыть, откинуть на дуршлаг, дав стечь воде, и положить их на дно тарелки. Сверху выложить охлажденные почки. Присыпать их тертым хреном.

Перед подачей к столу салат полить смесью, приготовленной из растительного масла и соевого соуса.

Салат из свиных ножек, овощей и тофу

400 г свиных ножек, 1,5 л воды, 200 г тофу, 200 г моркови, 3 корня петрушки, 1 корень сельдерея, 40 г растительного масла, 40 г

майонеза или густой сметаны, 4 зубчика чеснока, соль по вкусу.

Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Корень сельдерея промыть, очистить и разрезать на несколько частей. Корни петрушки очистить и разрезать на 3-4 части.

Свиные ножки промыть, уложить в кастрюлю, добавить холодную кипяченую воду и отварить до готовности на сильном огне. Как только вода закипит, добавить соль, морковь, сельдерей и петрушку.

Сваренные ножки вынуть из бульона, отделить от костей мясо, нарезать его кусочками и выложить в глубокую миску. Чеснок измельчить с помощью чеснокодавилки и добавить в мясо. Туда же положить измельченные коренья, морковь и тофу.

Все продукты тщательно перемешать, заправить майонезом или сметаной и растительным маслом, поставить на некоторое время в холодильник, а перед подачей к столу выложить в салатницу и украсить кружочками моркови.

Салат из индейки с ростками сои

400 г копченого мяса индейки, 300 г ростков сои, 20 г винного уксуса, 200 г соевого масла, 5 г горчицы, 10 г измельченного зеленого лука, соль, сахар, красный или черный молотый перец по вкусу, зелень петрушки.

Листья салата вымыть, откинуть на дуршлаг для того, чтобы стекла вода, и мелко нарезать. Ростки сои также промыть в холодной воде и откинуть на сито. Мясо нарезать небольшими кусочками.

Все продукты соединить, посолить, посыпать красным или черным молотым перцем, добавить сахар и заправить салат соусом, приготовленным из винного уксуса, соевого масла, горчицы и рубленой зелени. Готовый салат переложить в глубокий салатник и украсить веточками петрушки.

Салат из мяса цыпленка с сельдереем и хреном васаби

300 г отварного куриного филе, 200 г вареного сельдерея, 200 г сметаны, соль по вкусу, красный или черный молотый перец по вкусу, хрен васаби, зелень укропа.

Мясо птицы и очищенный и тщательно промытый сельдерей нарезать маленькими кусками, смешать со сметаной, приправить солью, красным или черным перцем, добавить натертый на мелкой терке хрен. Все хорошо перемешать. Перед подачей к столу готовый салат украсить веточками укропа.

Салат из мяса цыпленка с фасолью и соевым маслом

500 г отварного мяса птицы, 3 яйца, 20 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 200 г фасоли, 100 г соевого масла, 300 г свежих помидоров, 2 г порошка горчицы, 300 г картофеля, 1 луковица, 2 г черного молотого перца, зелень укропа, соль по вкусу.

Мясо нарезать небольшими кубиками. Картофель отварить в подсоленной воде, остудить, очистить от кожицы и нарезать маленькими кубиками. Помидоры вымыть и нарезать небольшими ломтиками.

Фасоль перебрать, тщательно промыть, залить холодной водой и оставить на несколько часов. По истечении срока фасоль отварить и остудить.

На широкое плоское блюдо выложить слой помидоров, посолить, поперчить, поверх них уложить ровным слоем мясо птицы, поперчить. На мясо выложить фасоль, затем – картофель, также поперчив и посолив его.

Перед подачей к столу готовый салат залить заправкой, украсить дольками яйца и веточками мелко рубленной зелени.

Заправку нужно приготовить следующим образом. Отварить яйца вкрутую, желтки натереть на мелкой терке или размять вилкой. Лук и зелень мелко нарубить и выложить в желтковую массу, добавить горчицу, соль, все тщательно перемешать. В вымешанную до однородной консистенции массу добавить масло и раствор уксусной кислоты.

Салат из мяса курицы с хреном васаби и базиликом

400 г вареного мяса курицы, 1 пучок базилика, 200 г измельченного зеленого лука, 200 г зеленого салата, 1 луковица, 200 г сметаны, 10 г тертого хрена васаби, соль по вкусу, зелень укропа и кинзы.

Отварное мясо птицы нарезать небольшими кусочками, кинзу, укроп, базилик, салат и репчатый лук нашинковать, добавить натертый на мелкой терке хрен, все перемешать и заправить полученную массу сметаной. Смесь посолить и еще раз тщательно перемешать.

К столу готовый салат подавать слегка охлажденным, украсив веточками укропа, базилика и перьями зеленого лука.

Салат из цыпленка и индейки с ростками бамбука

500 г мяса цыпленка, 300 г мяса индейки, 100 г ростков бамбука, 50 г растительного (подсолнечное, соевое, оливковое) масла, 100 г огурцов, 100 г твердого сыра, 30 г яблочного уксуса, 100 г яблок, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Мясо индейки и цыпленка обжарить в растительном масле, затем остудить, нарезать кубиками и положить в салатник. Ростки бамбука измельчить и варить в течение 2-3 минут.

Огурцы нарезать тонкими кружочками, а сыр натереть на крупной терке. Из яблок удалить сердцевину и нарезать мякоть маленькими дольками.

Все компоненты смешать, посолить, посыпать перцем, добавить растительное масло. Залить готовый салат уксусом и оставить пропитываться на 30 минут.

Салат подавать к столу слегка охлажденным, украсив рубленой зеленью и веточками укропа.

Салат из мяса курицы со стручками фасоли и ростками сои

400 г куриной грудинки, 200 г зеленых стручков фасоли, 200 г ростков сои, 300 г картофеля, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 1 луковица, 100 г помидоров, 20 г растительного масла, черный молотый перец, мускатный орех и соль по вкусу, зелень укропа и базилика.

Мясо курицы отварить в небольшом количестве соленой воды и нарезать ломтиками. Картофель отварить до готовности, остудить, почистить и нарезать кубиками. Фасоль очистить от продольных волокон и отварить в подсоленной воде до готовности. Затем слить воду, завернуть кастрюлю с фасолью в

теплое полотенце и оставить на некоторое время. Охлажденные стручки фасоли нарезать кусочками длиной 2 см.

Картофель, мясо курицы и фасоль положить в эмалированную чашку и заправить растительным маслом. Очищенный лук и зелень базилика измельчить, после чего добавить в салат. Залить всю массу уксусом, добавить перец, соль и толченый мускатный орех, мелко нарезанные ростки сои. Полученную массу перемешать и выложить на плоское блюдо.

Перед подачей к столу салат украсить ломтиками помидора и веточками укропа.

Салат из вырезки с овощами

500 г говяжьей вырезки, 40 г растительного масла, 40 г лимонного сока, 200 г семян кунжута, 400 г капусты, 400 г риса, 150 г моркови, 1 болгарский перец, 1 корень сельдерея, 1 зубчик чеснока, 200 г соевых ростков, 5 г меда, веточки укропа.

Мясо тщательно промыть, обсушить салфеткой или полотенцем, после чего нарезать маленькими ломтиками.

Лимонный сок смешать с толченым чесноком, замариновать в полученной смеси нарезанные кусочки мяса и оставить на 5-6 часов.

Овощи очистить, вымыть, нарезать тонкими полосками или соломкой. Семена кунжута слегка обжарить на сухой раскаленной сковороде, затем остудить. Маринованные кусочки мяса обжарить в половине необходимого количества растительного масла.

Рис перебрать, промыть и отварить до готовности.

Оставшееся растительное масло раскалить на сковороде, добавить мед и в полученной смеси тушить капусту в течение 5-10 минут, после чего добавить рис, соевые ростки, мясо, болгарский перец и тушить все до полной готовности.

Перед подачей к столу продукты остудить, выложить в глубокий салатник, сверху посыпать обжаренным кунжутом и веточками укропа.

Салат из говяжьего языка с сельдереем

400 г вареного говяжьего языка, 300 г картофеля, 100 г

свежих грибов, 2 корня сельдерея, 200 г майонеза, 50 г сметаны, 5 г лимонного сока, соль, черный или красный молотый перец по вкусу, зелень укропа и базилика.

Мясо нарезать небольшими кусочками. Картофель отварить в мундире, остудить, очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Грибы мелко нарубить. Сельдерей очистить, отварить в подсоленной воде, затем остудить и нарезать соломкой или натереть на крупной терке.

Все продукты соединить, посолить, посыпать перцем. Майонез смешать со сметаной и лимонным соком. Полученным соусом заправить салат. Готовый салат переложить в салатницу и перед подачей к столу украсить веточками укропа.

Салат из мяса с ростками сои

400 г отварной говядины, 200 г ростков сои, 100 г картофеля (или макарон), 200 г вареной фасоли или гороха, 100 г соленых или маринованных огурцов, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г моркови, 1 луковица, 10 г хрена, 30 г сметанного соуса, соль по вкусу, зелень укропа.

Мясо нарезать кусочками или тонкими ломтиками. Ростки сои измельчить. Сваренный в мундире картофель очистить от кожицы и нарезать мелкими кусочками.

Огурцы, вареные яйца, сваренную морковь, фасоль или горох смешать с мясом и картофелем (или макаронами) и выложить на блюдо. Рубленый лук и натертый хрен смешать со сметанным соусом и подать к столу в соуснице.

К столу готовый салат подавать слегка охлажденным, украсив веточками укропа и кусочками мяса.

Салат из мяса с овощами и ростками бамбука

500 г вареного мяса, 200 г ростков бамбука, 300 г картофеля, 200 г свежих помидоров, 3 яйца, 200 г соевого масла, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 3 г порошка горчицы, 1 луковица, зелень укропа, соль и молотый черный перец по вкусу.

Мясо нарезать небольшими кубиками, ростки бамбука – тонкой соломкой. Картофель отварить в подсоленной воде,

остудить, очистить от кожицы и нарезать небольшими кубиками. Помидоры вымыть и нарезать некрупными ломтиками.

На широкое плоское блюдо выложить слой помидоров, посолить, поперчить, уложить ровным слоем мясо, посыпать перцем, сверху выложить картофель, который тоже нужно посыпать перцем и посолить.

Перед подачей к столу полить готовый салат приготовленной заправкой, украсить дольками и мелко нарубленными белками яиц и веточками зелени.

Заправку приготовить следующим образом. Яйца сварить вкрутую, желтки от двух яиц натереть на мелкой терке или размять вилкой. Лук и зелень мелко нарубить и выложить в желтки. В ту же тарелку высыпать горчицу, добавить соль и все тщательно перемешать. Однородную массу заправить маслом и уксусом. К столу салат подавать слегка охлажденным, украсив веточками укропа и мелко нарезанными ростками бамбука.

Салат из телятины с фасолью и тофу

500 г вареной телятины, 300 г фасоли, 200 г тофу, 2 сваренных вкрутую яйца, 300 г помидоров, 1 луковица, 1 пучок листьев зеленого салата, 100 г майонеза, 200 г салатной заправки, зелень укропа, соль и молотый перец по вкусу.

Мясо нарезать тонкими ломтиками или соломкой и поместить на некоторое время в холодную салатную заправку.

Предварительно перебранную и выдержанную в холодной воде в течение нескольких часов фасоль отварить. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы, разрезать на половинки, слегка отжать, а затем нарезать маленькими ломтиками. Помидоры и фасоль смешать с маринованным мясом, добавить тофу, мелко нарезанный лук и майонез, все перемешать, посолить, посыпать перцем и выложить в салатник.

Перед подачей к столу готовый салат можно украсить кружочками вареных яиц, листьями зеленого салата и веточками укропа.

Салат из свинины и мяса цыпленка с хреном

300 г жареной свинины, 50 г хрена васаби, 100 г жареного филе цыпленка, 1 луковица, 100 г соленых огурцов, 100 г свеклы, 50 г сметаны, 1 пучок зеленого лука, 100 г квашеной капусты, 50 г маринованных слив, соль и молотый перец по вкусу.

Обжаренные в растительном масле свинину и мясо птицы измельчить, репчатый лук, соленые огурцы и вареную свеклу нарезать ломтиками, хрен натереть на мелкой терке. Соединить подготовленные продукты в глубокой емкости и залить сметаной, разведенной сливовым маринадом.

Готовый салат выложить в салатник и украсить гарниром, приготовленным из рубленого зеленого лука, квашеной капусты, свеклы и маринованных слив.

Салат из курицы с овощами и имбирем

500 г куриного филе, 700 г репчатого лука, 100 г моркови, 1 перышко лука-порея, 1 зубчик чеснока, 150 г зеленого горошка, 100 г капусты, 70 г имбирного корня, 20 г сушеных древесных грибов, 50 г соевых ростков, 20 г растительного масла, зелень укропа.

Куриное филе промыть и мелко нарезать. Зубчик чеснока и корень имбиря нашинковать, добавить небольшое количество пряностей. Полученной смесью покрыть мясо и поставить на 1 час в холодное место для маринования.

Сушеные древесные грибы залить горячей водой и оставить до набухания, после чего воду слить, грибы хорошо промыть и затем мелко нарезать.

Морковь и репчатый лук очистить от кожицы, нашинковать. Капусту вымыть и мелко нарезать. Лук-порей нарезать тонкими кольцами. Зеленый горошек промыть. Соевые ростки вымыть и немного просушить салфеткой или полотенцем.

Куриное филе вынуть из маринада, просушить салфеткой и быстро обжарить на предварительно раскаленном растительном масле, после этого добавить грибы и нашинкованные овощи, добавить небольшое количество маринада и тушить до готовности на медленном огне.

К столу готовый салат подавать горячим, украсив зеленью укропа.

Салат из мяса молодых бычков с ананасами и апельсинами

500 г отварного мяса молодых бычков, 300 г яблок, 100 г консервированного зеленого горошка, 2 яйца, 300 г ананасов, 100 г майонеза, 1 луковица, зелень укропа и кинзы, соль и черный молотый перец по вкусу.

Мясо нарезать мелкими кубиками или полосками. Яйца отварить вкрутую, остудить, очистить от скорлупы и измельчить. Лук мелко нарубить.

Ананас очистить, нарезать маленькими кусочками. Яблоки вымыть, очистить от кожицы, удалить сердцевину и мелко нарезать.

Все продукты соединить, добавить зеленый горошек, соль, перец и заправить майонезом. Готовый салат выложить в глубокий салатник, а перед подачей к столу украсить веточками укропа и кинзы.

Салат из телятины с мандариновым соком

500 г отварной телятины, 200 г риса, 100 г растительного масла, 300 г мандаринов, 1 яйцо, 100 г майонеза, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 2 г сухой горчицы, соль и сахар по вкусу, 20 г муки.

Мясо нарезать мелкими кусочками. Рис перебрать, тщательно промыть, отварить, откинуть на сито, дав стечь воде, и выложить в миску с мясом.

Яйцо разбить, желток отделить от белка, посолить, добавить горчицу, сахар, уксус и взбить массу миксером, постепенно добавляя растительное масло. Мандарины очистить от кожицы, отжать из каждого сок, разбавить его водой в пропорции 1 : 7 (7 частей воды на 1 часть сока), добавить необходимое количество муки, все тщательно перемешать, поставить емкость с соком на огонь, вскипятить и добавить майонез. Яичный желток и мандариновую массу соединить, полученным соусом заправить смесь из мяса и риса.

Все хорошо перемешать, выложить в салатник и украсить дольками мандарина. К столу готовый салат подавать охлажденным.

Тарталетки

Первые тарталетки – корзиночки, приготовленные из теста, с начинкой – появились в итальянской и австрийской кухне. Оттуда они были заимствованы французскими поварами. И уже из французской кухни аппетитные тарталетки распространились по всему миру, не исключая и Японских островов. Сегодня в любом японском ресторанчике можно отведать тарталетки с различными начинками: из морепродуктов, мяса, овощей и фруктов.

Тарталетки с начинкой из тофу и омаров

Для тарталеток: 50 г муки, 30 г холодной воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 150 г творога, 150 г тофу, 2 яйца, 100 г манной крупы.

Для приготовления тарталеток муку смешать с водой, добавив в нее масло и соль. Хорошо вымесить и поставить на холод. Из застывшего теста раскатать тонкую лепешку. Металлической формочкой с гофрированными боками или стаканом вырезать из теста кружки и уложить их в те же

формочки, смазанные маслом. Тесто плотно прижать к формочке: оно должно закрывать дно и бока. Выпекать тарталетки в течение 15-20 минут при температуре 180-200˚ С.

Готовые тарталетки опрокинуть на доску и остудить. После того как остынут, заполнить начинкой, приготовленной из творога, смешанного с растертым тофу, рубленым яйцом и сваренной на воде манной каши.

Тарталетки с начинкой из грибов и тофу

Для тарталеток: 50 г муки, 30 г холодной воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г шампиньонов, 20 г растительного масла, 200 г тофу, 3 яйца, 40 г тертого сыра твердых сортов, листья зеленого салата.

По основному рецепту приготовить тарталетки. Готовые тарталетки выложить на стол и остудить.

Грибы очистить, тщательно промыть и обжарить в масле. Тофу и яйца смешать с помощью миксера, соединить с жареными грибами. Полученную массу выложить в формочки, посыпать сверху тертым сыром и украсить блюдо листьями зеленого салата.

Тарталетки с начинкой из грибов и креветок

Для тарталеток: 50 г муки, 30 г холодной воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г шампиньонов, 300 г креветок, 20 г растительного масла, 200 г тофу, 2 яйца, 50 г тертого сыра твердых сортов, зелень укропа.

По основному рецепту приготовить тарталетки.

Грибы обжарить в масле. Тофу и яйца смешать с помощью миксера, соединить с грибами и креветками. Полученную массу выложить в приготовленные ранее формочки.

К столу тарталетки подавать, посыпав сверху натертым на мелкой терке сыром и измельченным укропом.

Тарталетки с начинкой из мяса курицы с ростками бамбука

Для тарталеток: 50 г муки, 30 г холодной воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г отварного куриного мяса, 150 г зеленого горошка, 10 г сливочного масла, 10 г белого сухого вина, 10 г крахмала, 30 г молока, 100 г ростков бамбука, 20 г острого соевого соуса, 10 г лимонного сока, соль и молотый перец по вкусу.

По основному рецепту приготовить тарталетки.

Мясо курицы нарезать кубиками. Зеленый горошек потушить в сливочном масле с добавлением вина. В полученный соус влить предварительно разведенный кипяченой водой крахмал. В смесь добавить молоко, припущенные и мелко нарезанные ростки бамбука, соль, перец, лимонный сок и острый соевый соус.

Все тщательно перемешать и наполнить полученным рагу тарталетки. К столу подавать слегка охлажденными.

Тарталетки с начинкой из яиц и бекона с мясом осьминогов

300 г готового песочного теста, 70 г бекона, нарезанного маленькими кубиками, 1 луковица, 5 яиц, 100 г отварного мяса осьминогов, 70 г сметаны, листья зеленого салата.

Тонко раскатанное тесто разделить на 4 части, каждую положить в формочку диаметром 9 см. Проколоть вилкой, накрыть и поставить в холодильник. Разогреть духовку до 180-200˚ С.

Тем временем разогреть масло в сковороде, добавить бекон и лук. Обжаривать все до тех пор, пока бекон не станет хрустящим, а лук – мягким. Дать смеси остыть и разложить по формочкам с тестом. Туда же положить мелко нарезанное мясо осьминогов.

Смешать яйцо со сметаной, приправить начинку. Разделить смесь по формочкам. Сверху в каждую формочку разбить по 1 яйцу. Запекать тарталетки в духовке в течение 20-25 минут до образования золотистой корочки и готовности яйца.

К столу готовые тарталетки подавать холодными или горячими, украсив листьями зеленого салата.

Тарталетки с начинкой из курицы, оливок и мяса кальмаров

Для тарталеток: 200 г пшеничной муки, 50 г маргарина, 50 г молока, 1 яичный желток, 5 г сахара, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г мяса курицы, 150 г тофу, 100 г отварного мяса кальмаров, 50 г густой сметаны, тертый мускатный орех, оливки, зелень петрушки.

Для приготовления тарталеток нужно растворить в молоке соль, сахар, ввести часть муки, желток и все хорошо размешать. Взбить маргарин, соединить с приготовленной ранее массой и оставшейся мукой. Раскатать тесто в пласт толщиной 2-3 мм, вырезать кружки по размеру формочек. Кружки выложить в смазанные маргарином формочки, прижать к внутренней поверхности, дно проколоть вилкой. Выпекать тарталетки в духовке при 180-200˚ С до золотистого цвета.

Готовые тарталетки выложить на стол и остудить при комнатной температуре. Для приготовления начинки для тарталеток жареное мясо птицы пропустить через мясорубку, добавить растертый тофу, сметану, мускатный орех и мелко нарубленную зелень петрушки. Добавить мелко нарезанное мясо кальмаров. Полученную массу тщательно перемешать и слегка взбить.

Приготовленной начинкой наполнить тарталетки. К столу блюдо подавать, украсив оливками и веточками петрушки.

Тарталетки с начинкой из тофу с шалфеем

Для тарталеток: 100 г сливочного масла, 100 г муки, 50 г тертого сыра твердых сортов, 3 г порошка горчицы, соль и черный или красный молотый перец по вкусу, 1 яйцо.

Для начинки: 50 г яблочного или винного уксуса, 300 г измельченного репчатого лука, 100 г тофу, 30 г сливочного масла, 5 г измельченного шалфея, несколько листьев шалфея, 30 г оливкового масла, молотый перец и соль по вкусу.

Смешать муку и сливочное масло, добавить тертый сыр, яйцо, перец, соль и горчичный порошок и все тщательно перемешать. Вымешивать нужно до тех пор, пока тесто не приобретет однородной консистенции. Готовое тесто раскатать в пласт, вырезать из него кружки, положить их в формочки и выпекать в предварительно разогретом до 180-200˚ С духовом шкафу.

Готовые тарталетки выложить на стол, остудить при комнатной температуре и наполнить начинкой.

Для приготовления начинки смешать все указанные в перечне ингредиенты, все хорошо перемешать и разложить по тарталеткам. К столу подавать сразу после приготовления, украсив листочками шалфея.

Тарталетки с начинкой из перепелиных яиц и грибов с сельдереем

Для тарталеток: 50 г сливочного масла, 100 г муки, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г шампиньонов, 10 г сушеных белых грибов, 5 перепелиных яиц, 1 корень сельдерея, 30 г зеленого лука, 100 г сливочного масла, тертый мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу.

Из сливочного масла, муки и соли замесить тесто. Раскатать его в пласт, вырезать кружки. Кружки уложить в формочки и выпекать тарталетки в предварительно разогретой до 200° С духовке до готовности.

Готовые тарталетки выложить на стол и остудить при комнатной температуре.

Для приготовления начинки смешать очищенные, промытые и мелко нарезанные свежие шампиньоны и размоченные белые грибы, измельченный зеленый лук, сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца, измельченный корень сельдерея, размягченное сливочное масло, молотый перец, тертый мускатный орех и соль. Все тщательно перемешать и наполнить полученной массой тарталетки.

К столу можно подавать как холодную закуску или, предварительно разогрев в духовом шкафу, как горячее блюдо.

Тарталетки с начинкой из лука и ростков сои

Для тарталеток: 200 г муки, 100 г сливочного масла, 80 г воды, соль по вкусу.

Для начинки: 20 г соевого масла, 3 луковицы, 100 г ростков сои, 20 г сахара, 2 яйца, 100 г молока, молотый перец и соль по вкусу.

Муку, соль, воду, сливочное масло смешать и замесить

однородное тесто. Тесто раскатать в пласт толщиной 3 мм. Сделать из него кружки диаметром не более 9 см.

Формочки для кексов смазать маслом, в каждую положить кружок теста, плотно прижать его к стенкам.

Лук нарезать тонкими полукольцами, выложить на разогретую сковороду и, помешивая, обжаривать в масле на малом огне примерно 10 минут, до золотисто-коричневого цвета, в конце жарки добавить измельченные ростки сои и сахар. Лук посолить, поперчить и разложить по формам.

Вилкой взбить яйца с молоком и по столовой ложке смеси влить в каждую формочку. Формочки поставить на противень в разогретую до 200° С духовку примерно на 20 минут, пока края теста не станут золотисто-коричневыми.

Тарталетки из форм извлечь с помощью острого ножа, остудить при комнатной температуре и подать к столу.

Подобные тарталетки лучше всего подавать к саке или слабоалкогольным коктейлям.

Тарталетки с начинкой из лука и ростков бамбука

20 г соевого или оливкового масла, 400 г нашинкованного репчатого лука, 300 г готового слоеного теста, 40 г острого соевого соуса, 1 яйцо, 100 г ростков бамбука.

Разогреть духовку до 200° С. Растительное масло подогреть в большой сковороде, положить мелко нарезанный репчатый лук и жарить его на медленном огне, непрерывно помешивая, добавить соевый соус и мелко нарезанные ростки бамбука, перемешать и обжаривать в течение еще нескольких минут.

На слегка посыпанном мукой столе раскатать тесто в пласт толщиной 5 мм, вырезать 6 кружков. Сделать бороздки по кругу и положить кружки на противни, смазанные маслом, проколоть вилкой.

Готовые тарталетки начинить луково-бамбуковой смесью, края смазать взбитым яйцом и запекать в духовом шкафу в течение 15-20 минут. К столу тарталетки можно подавать горячими или холодными.

Тарталетки с начинкой из спаржи и мяса крабов

Для тарталеток: 40 г размягченного сливочного масла, 100 г муки, 30 г тертого сыра твердых сортов, 2 г порошка горчицы, молотый перец и соль по вкусу, 1 яйцо, 30 г воды.

Для начинки: 300 г верхушек спаржи, 200 г тофу, 100 г сыра твердых сортов, 100 г мяса крабов, 6 яиц, 20 г соевого или оливкового масла, молотый перец и соль по вкусу.

Прежде всего нужно сделать тесто. Для этого смешать масло с мукой, добавить сыр, горчицу, соль и молотый перец, разбавить холодной кипяченой водой и вымесить до получения теста однородной консистенции.

Готовое тесто положить в полиэтиленовый пакет и оставить в холодильнике примерно на 20 минут. Затем раскатать его как можно тоньше и вырезать 6 одинаковых кружков.

Разложить тесто по формам, но не растягивать, выпекать в течение 15 минут в духовом шкафу, разогретом до 200° С, до полуготовности. Затем тарталетки вынуть из духовки, смазать взбитым яйцом и поместить в духовой шкаф еще на 5 минут.

Тем временем приготовить начинку. Для этого промыть черенки спаржи и немного обрезать под косым углом. Добавить масло в сковороду и обжаривать спаржу в течение 5 минут при постоянном помешивании. Разложить тофу и измельченное мясо крабов по тарталеткам, сверху положить кусочки жареной спаржи.

Разбить яйца на блюдце и мягко положить в середину каждой тарталетки, посолить, приправить перцем и посыпать тертым сыром. Тарталетки прогреть в духовом шкафу в течение 15 минут и подать к столу горячими.

Тарталетки с начинкой из лука и картофеля

Для тарталеток: 500 г готового песочного теста.

Для начинки: 1 луковица, 200 г картофеля, 10 г тертого сыра твердых сортов, 100 г сливок, 2 яйца, 150 г спаржи, 1 корень сельдерея, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Измельченные лук и картофель положить в сито и сильно прижать, для того чтобы избавиться от влаги. Взбить венчиком массу, приготовленную из тертого сыра, сливок и рубленых яиц, добавить измельченный корень сельдерея, лук и картофель, посолить и приправить.

Выложить полученную массу в формочки с песочным тестом,

которое предварительно нужно немного потомить в слегка разогретой духовке. Сверху тарталетки посыпать отваренной и нарезанной спаржей, тертым сыром, перцем и мелко нарубленной зеленью укропа.

Выпекать тарталетки примерно около 30 минут при температуре 200˚ С до образования золотистой корочки. К столу подавать охлажденными.

Тарталетки с начинкой из грибов, тофу и имбиря

Для тарталеток: 400 г муки, 150 г сливочного масла, 1 яичный желток, 100 г густой сметаны или майонеза.

Для начинки: 200 г грибов, 1 луковица, 50 г молока, 2 яйца, 50 г растительного масла, 100 г острого тофу, зелень петрушки и укропа, молотый перец и соль по вкусу, 70 г измельченного корня имбиря.

Сливочное масло охладить в морозилке, нарубить с мукой, добавить желток, влить сметану или майонез, замесить тесто и поставить его в холодное место на 2-3 часа.

Затем раскатать тесто в пласт, вырезать кружки, положить их в формочки, смазанные маслом, проколоть вилкой в нескольких местах и выпекать в горячей духовке.

Для приготовления начинки грибы очистить, тщательно вымыть, залить подсоленной водой и оставить на 5-10 минут. Затем воду слить, грибы мелко нарезать и тушить на растительном масле с мелко рубленным луком. Перед тем как снять с огня, посолить и поперчить.

Тофу растереть. В миске взбить молоко, яйца и пряности. В корзиночки выложить грибной фарш, залить яичной массой, присыпать имбирем и выпекать в нагретой до 200˚ С духовке до образования золотистой корочки.

Готовые тарталетки остудить и, украсив рубленой зеленью, подать к столу.

Тарталетки с начинкой из отварного мяса, овощей и сельдерея

Для тарталеток: 100 г муки, 30 г холодной воды, 40 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 200 г отварного мяса, 100 г отварного картофеля, 1 корень сельдерея, 100 г маринованных огурцов, 100 г вареной моркови, 100 г густой сметаны, зелень базилика.

Из муки, холодной кипяченой воды, сливочного масла и соли замесить тесто. Вымешивать его нужно до тех пор, пока оно не станет однородным. Тесто раскатать в пласт, вырезать кружки. Кружки переложить в формочки и выпекать тарталетки в предварительно разогретом до 200° С духовом шкафу до готовности.

Готовые тарталетки выложить на стол, остудить при комнатной температуре и начинить.

Для приготовления начинки отварное мясо нарезать маленькими кусочками, добавить нарезанные мелкими кубиками вареный картофель, маринованные огурцы, морковь, измельченный корень сельдерея. Все хорошо перемешать и заправить сметаной.

Начинку разложить по тарталеткам и подать блюдо к столу, украсив морковными звездочками и зеленью базилика.

Тарталетки с начинкой из крабов и мидий

Для тарталеток: 100 г муки, 20 г холодной воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 400 г мяса крабов или крабовых палочек, 200 г мидий, 1 луковица, 20 г сливочного масла, 3 яйца, 50 г сметаны, соль и молотый черный перец по вкусу, зелень укропа.

Из указанных выше ингредиентов замесить тесто, раскатать его в пласт, вырезать кружки и поместить в формочки. Выпекать тарталетки нужно в течение 20 минут в духовом шкафу, предварительно разогретом до 180-200° С.

Готовые тарталетки выложить на стол и остудить.

Репчатый лук очистить от кожицы, мелко нарезать и обжарить на сливочном масле, добавить мясо крабов и мидии. Все обжаривать в течение 2-3 минут.

Сырые яйца смешать со сметаной, посолить, поперчить, вылить массу на сковороду с морепродуктами и тушить до получения массы сметанообразной консистенции.

Заполнить приготовленной начинкой тарталетки и подать блюдо к столу, украсив веточками укропа.

Тарталетки с начинкой из морских гребешков и мяса цыпленка

Для тарталеток: 100 г муки, 20 г холодной воды, 30 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 300 г морских гребешков, 300 г филе цыпленка, 150 г зеленого горошка, 30 г сливочного масла, 10 г крахмала, 30 г концентрированного молока, лимонный сок, соль, молотый черный перец и острый соус по вкусу, зелень базилика.

Из муки, воды и сливочного масла замесить тесто, посолить, все вновь тщательно вымесить. Тесто раскатать в пласт, вырезать кружки, положить тесто в формочки и выпекать тарталетки в течение 15-20 минут в разогретой до 180-200° С духовке. Готовые тарталетки выложить на стол и остудить.

Мясо цыпленка и морские гребешки нарезать мелкими кубиками. Горошек потушить в сливочном масле. В полученный соус влить разведенный крахмал, добавить молоко, соль, перец, лимонный сок, зеленый горошек, острый соус, мясо цыпленка и морские гребешки. Все хорошо перемешать и наполнить полученным рагу тарталетки.

К столу блюдо подавать, украсив веточками базилика.

Тарталетки с начинкой из спаржи, сыра и кальмаров

Для тарталеток: 50 г размягченного сливочного масла, 120 г муки, 50 г тертого сыра твердых сортов, 2 г горчичного порошка, молотый перец по вкусу, 1 яйцо, 50 г кипяченой воды.

Для начинки: 300 г верхушек спаржи, 200 г тертого сыра твердых сортов, 300 г кальмаров, 4 яйца, 50 г оливкового масла, молотый перец и соль.

Прежде всего нужно сделать тесто для тарталеток. Для этого следует смешать масло с мукой, добавить яйцо, сыр, горчицу и молотый перец, разбавить холодной кипяченой водой и вымесить до получения теста однородной консистенции.

Готовое тесто положить в полиэтиленовый пакет и оставить в холодильнике примерно на 20 минут. Затем раскатать его как можно тоньше и вырезать одинаковые по размеру кружки.

Разложить тесто по формам и выпекать в течение 15 минут в духовом шкафу, разогретом до 180-200° С, до полуготовности. Затем тарталетки вынуть из духовки, смазать взбитым яйцом и поместить в духовой шкаф еще на 5 минут.

В то время пока готовятся тарталетки, приготовить начинку. Черенки спаржи промыть и немного обрезать под острым углом. Масло разогреть на сковороде и обжаривать спаржу в течение 5 минут при постоянном помешивании. Нарезанный мелкими кусочками сыр и мелко нарубленные кальмары разложить по тарталеткам, сверху положить жареную спаржу.

Разбить яйца на блюдце и осторожно положить в середину каждой тарталетки. Посолить, приправить перцем и посыпать оставшимся тертым сыром. Тарталетки прогревать в духовом шкафу в течение 15 минут и горячими подать к столу.

Тарталетки с начинкой из омаров и креветок

Для тарталеток: 200 г сливочного масла, 100 г сметаны, 700 г пшеничной муки.

Для начинки: 400 г омаров, 200 г креветок, 1 пучок сельдерея, 400 г помидоров, эстрагон, 100 г яблочного пюре, соль по вкусу.

Промыть с щеткой омаров, залить их соленым кипятком, добавить зелень сельдерея, сварить (омары должны стать совершенно красными, а между каркасом и шейкой появиться белая трещина). Очистить клешни и шейки, вытянуть из шеек кишки. Нарубить муку с маслом до получения маслянистой крупы, влить сметану, смешанную с чайной ложкой соли, быстро замесить тесто и поставить в холодильник на 15 минут. Раскатать полученное тесто в тонкий пласт, вырезать из него кружки, разложить их в смазанные маслом формочки, на тесто положить приготовленную начинку так, чтобы она не доходила до краев примерно на 0,3-0,5 см. Выпекать тарталетки нужно в предварительно нагретой до 180-200˚ С духовке в течение 15 минут.

Для приготовления начинки омары и креветки мелко нарезать, смешать с очищенным, промытым и нашинкованным сельдереем, эстрагоном, нарезанными мелкими кусочками помидорами и яблочным пюре. Полученную массу посолить, тщательно перемешать и разложить по готовым тарталеткам.

К столу тарталетки подавать, украсив цельными креветками и веточками эстрагона.

Тарталетки с начинкой из креветок со сливками

Для тарталеток: 200 г муки, 150 г сливочного масла, 2 яйца, 70 г тертого сыра твердых сортов.

Для начинки: 400 г креветок, 200 г сливок, 20 г майонеза, 1 яйцо, соль по вкусу, шафран, молотый перец, зелень укропа и базилика.

В комбайне смешать муку, сливочное масло и сыр до образования мелких крошек, Добавить взбитые в пену яйца и сильно охлажденную воду. Взбить смесь до образования тестообразной массы. Готовое тесто завернуть в полиэтиленовую пленку и поставить в холодильник на 20-30 минут.

Тесто тонко раскатать на посыпанной мукой доске. Вырезать кружки диаметром не более 5 см, выложить в приготовленные формочки, проткнуть вилкой и поставить в холодильник на 20-30 минут. Выпекать тарталетки в течение 6-10 минут до образования корочки золотистого цвета.

Готовые тарталетки выложить на стол, остудить и начинить массой, приготовленной по описанию, приведенному ниже. Креветки промыть, обсушить полотенцем или салфеткой и мелко нарезать. Взбить яйцо, добавить шафран, сливки и майонез, все перемешать, посолить и посыпать перцем.

В каждую тарталетку положить нарезанное кусочками мясо креветок, затем смесь, приготовленную из рубленых шафрана, укропа и базилика. Прогревать начиненные тарталетки в духовке в течение 3-5 минут.

К столу тарталетки подать слегка охлажденными, украсив веточками укропа.

Тарталетки с начинкой из сельди и сардин

Для тарталеток: 200 г муки, 50 г холодной воды, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 200 г картофеля, 3 яйца, 100 г филе сельди, 100 г филе сардин, 1 луковица, 20 г сметаны, 10 г лимонного сока, зелень укропа и петрушки.

Из муки, холодной кипяченой воды, сливочного масла и соли замесить тесто. Тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать кружки, выложить их в формочки и выпекать в духовом шкафу при температуре 180-200° С до образования корочки светло-золотистого цвета.

Готовые тарталетки выложить на стол, остудить и начинить.

Для приготовления начинки отварной картофель и сваренные вкрутую яйца нашинковать, смешать, добавить сметану, лимонный сок и перекрученные через мясорубку лук и филе сельди и сардин. Все тщательно перемешать и выложить в приготовленные ранее тарталетки.

К столу тарталетки подавать как холодное блюдо, украсив веточками укропа и петрушки.

Тарталетки со шпротами и томатной пастой

Для тарталеток: 150 г сливочного масла, 250 г муки, 3 яичных желтка, соль по вкусу.

Для начинки: 200 г шпротов, 50 г томатной пасты, 2 яйца, 10 г муки, 30 г сливочного масла, 150 г тертого сыра твердых сортов, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Из указанных в перечне продуктов приготовить тесто, раскатать его в пласт толщиной 0,5 см и уложить на формочки, смазанные маслом, посыпанные мукой и поставленные в круг рядом одна с другой.

По тесту, покрывающему формочки, прокатать скалку, чтобы выдавились кружки по их величине. Каждый кружок пальцами вдавить в формочку так, чтобы тесто покрывало ее дно и бока доверху. Тарталетки поместить на противень и поставить в предварительно нагретую до 200° С духовку. Когда они начнут румяниться сверху, у краев, вынуть из духовки, начинить фаршем и вновь поместить в духовку. Готовить до образования на поверхности фарша румяной корочки.

Для приготовления начинки шпроты выложить в миску и, добавив сливочное масло, хорошо растереть ложкой до получения однородной массы. Добавить тертый сыр, все перемешать и уложить в тарталетки, заполнив их на 1/3 объема.

Яичные желтки растереть с томатной пастой, посыпать перцем и посолить по вкусу, всыпать муку и осторожно перемешать с белками, предварительно взбитыми в крутую пену. Полученной смесью полить начинку из шпротов, полностью заполнив ею формочки. Готовые тарталетки прогревать в духовом шкафу в течение нескольких минут.

Начиненные тарталетки остудить и подать к столу, украсив шпротами и веточками укропа.

Тарталетки с начинкой из кильки и креветок

Для тарталеток: 100 г муки, 40 г холодной воды, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 100 г кильки пряного посола, 100 г креветок, 100 г помидоров, 100 г огурцов, 1 головка репчатого лука, 1 яблоко, 1 яйцо, 20 г майонеза, зелень укропа, красный или черный молотый перец по вкусу.

Смешать муку, холодную воду, сливочное масло и соль, все тщательно перемешать и замесить тесто однородной консистенции. Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать кружки, выложить их в формочки и выпекать в предварительно разогретой до 200° С духовке.

Готовые тарталетки выложить на стол, остудить и начинить смесью, приготовленной по нижеследующему рецепту.

Для приготовления начинки смешать нарезанные маленькими кусочками помидоры и огурцы, нашинкованный репчатый лук, тертое яблоко, рубленое яйцо, майонез и перец. Добавить в массу мелко нарезанные кильки и креветки.

Все тщательно перемешать, разложить по тарталеткам и подать к столу, положив сверху каждой корзиночки кильку или креветку.

Тарталетки с начинкой из красной рыбы с творогом

Для тарталеток: 100 г муки, 40 г холодной воды, 40 г сливочного масла, соль по вкусу.

Для начинки: 200 г филе красной рыбы, 200 г нежирного творога, зелень укропа и петрушки, 70 г сметаны.

В муку влить холодную воду, добавить сливочное масло и соль. Все тщательно перемешать и замесить тесто однородной консистенции.

Тесто раскатать в пласт, вырезать кружки. Кружки выложить в формочки и выпекать тарталетки в духовке при температуре 180-200° С. Готовые тарталетки выложить на стол и остудить.

Филе красной рыбы нарезать мелкими кусочками, добавить растертый с рубленой зеленью укропа и петрушки творог. Все перемешать и заправить сметаной. Начинку разложить по тарталеткам.

К столу тарталетки подавать как холодную закуску, украсив

ломтиками красной рыбы и веточками укропа.

Массы и паштеты

В меню современных японских ресторанчиков нередко можно увидеть разнообразные паштеты и массы, подаваемые с рисовыми лепешками или ломтиками хлеба. При этом особенно большой популярностью пользуются подобные блюда, приготовленные с

использованием морепродуктов, а также экзотических для России продуктов (ростков бамбука и сои) и различных пряностей.

Масса из творога с чесноком и ростками бамбука

200 г нежирного творога, 100 г размягченного сливочного масла, 2 зубчика чеснока, 50 г ростков бамбука, зелень укропа, соль по вкусу.

Нежирный творог, сливочное масло, ростки бамбука, чеснок и зелень укропа пропустить через мясорубку, посолить, все тщательно перемешать и поместить полученную массу на некоторое время в холодильник.

Масса из сыра с чесноком и морской капустой

3 яйца, 100 г сыра твердых сортов, 2 зубчика чеснока, 100 г морской капусты, 100 г майонеза или густой сметаны, соль по вкусу, имбирь.

Сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы и натереть на крупной терке. Сыр и чеснок также измельчить на мелкой терке. Свежую или консервированную морскую капусту мелко нарезать.

Все компоненты смешать, посолить, заправить майонезом или сметаной и поставить на несколько минут в прохладное место.

Использовать для приготовления бутербродов.

Масса из отварной говядины с зеленым луком и морской капустой

200 г отварного мяса, 2 сваренных вкрутую яйца, 100 г сливочного масла, 30 г зеленого лука, 100 г морской капусты, соль и черный молотый перец.

Отварную говядину и яйца пропустить через мясорубку, зеленый лук и морскую капусту мелко нарезать, смешать продукты с размягченным сливочным маслом, посолить,

поперчить, аккуратно перемешать.

Полученную массу можно использовать как холодную закуску или для приготовления бутербродов.

Масса из говядины с ростками сои

300 г отварного мяса, 100 г майонеза, 1 луковица, зелень укропа и эстрагона, 100 г ростков сои, соль, красный и черный перец по вкусу.

Отварную говядину дважды пропустить через мясорубку, лук мелко нарезать или измельчить с помощью терки. Ростки сои и зелень эстрагона измельчить.

Все подготовленные компоненты смешать, посолить, поперчить и заправить майонезом. Полученной массой намазать ломтики хлеба и украсить приготовленные бутерброды веточками укропа.

Масса из свинины с острым перцем и ростками бамбука

200 г жареной свинины, 50 г густого молочного соуса или сметаны, 1 яйцо, 100 г ростков бамбука, 30 г зеленого лука, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Жареное мясо, сваренное вкрутую яйцо и лук пропустить через мясорубку. Ростки бамбука мелко нарезать.

Все компоненты тщательно перемешать, посолить, поперчить и заправить сметаной или молочным соусом. К столу подавать в качестве холодной закуски.

Масса из печени с сыром и морской капустой

200 г говяжьей печени, 10 г сливочного масла, 20 г растительного масла, 1 луковица, 100 г свежей или консервированной морской капусты, 100 г сыра твердых сортов, молотый черный перец и соль по вкусу.

Печень промыть, освободить от пленок, нарезать мелкими

кусочками и обжарить в растительном масле, после чего пропустить через мясорубку и растереть с предварительно размягченным сливочным маслом.

Лук мелко нарезать, сыр натереть на мелкой терке. Морскую капусту измельчить. Все компоненты смешать, посолить и поперчить.

Масса из ветчины с луком и имбирем

50 г ветчины, 20 г горчицы, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 1 луковица, зелень укропа, имбирь и соль по вкусу.

Ветчину, вареное яйцо и лук пропустить через мясорубку. Зелень укропа измельчить острым ножом, горчицу смешать со сливочным маслом.

Все продукты, в том числе и имбирь, соединить, посолить, хорошо перемешать и на 20 минут поставить в прохладное место.

Масса из тофу и слив

200 г тофу, 100 г сливочного масла, 20 г горчицы, 1 яйцо, 200 г слив, зелень укропа.

Сваренное вкрутую яйцо натереть на мелкой терке. Тофу хорошо растереть. Из слив удалить косточки и мелко нарезать мякоть. Горчицу смешать со сливочным маслом. Все компоненты соединить и тщательно перемешать, добавить мелко нарубленную зелень и еще раз все перемешать.

Масса из творога с треской и ростками сои

100 г нежирного творога, 100 г филе копченой или отварной трески, 1 яйцо, 50 г густой сметаны, 100 г ростков сои, соль и молотый перец по вкусу.

Филе трески, творог и сваренное вкрутую яйцо пропустить через мясорубку. Ростки сои мелко нарезать.

Все компоненты соединить и тщательно перемешать.

Полученную массу посолить, посыпать перцем и заправить сметаной.

Паста из мяса курицы с черным хлебом и хреном васаби

200 г копченой куриной грудинки, 1 луковица, 5 г хрена васаби, черный перец по вкусу, 50 г черного хлеба.

Грудинку мелко нарезать или же пропустить через мясорубку, после чего смешать с мелко нарубленным луком, добавить перец и измельченный хрен. Все хорошо растереть с черным хлебом.

К столу пасту подавать как самостоятельное блюдо или использовать для приготовления бутербродов.

Паста из мяса цыпленка с зеленью и сельдереем

200 г жареного мяса цыпленка, 100 г сливочного масла, 5 г горчицы, 1 корень сельдерея, зелень петрушки, черный молотый перец и соль по вкусу.

Мясо цыпленка мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Масло хорошо растереть, смешать с мясной массой, рубленой зеленью петрушки, горчицей, измельченным корнем сельдерея, солью и черным перцем.

Все тщательно перемешать и растереть. К столу подавать, слегка охладив, как самостоятельное блюдо или использовать для приготовления бутербродов.

Паста из мяса фазана с морской капустой

200 г копченой грудинки фазана, 100 г фасоли, 1 луковица, 50 г свежей или консервированной морской капусты, 20 г растительного масла, соль и молотый перец по вкусу.

Грудинку фазана мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Фасоль также растереть или пропустить через мясорубку. Лук мелко нарубить и обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Морскую капусту измельчить.

Все продукты соединить, перемешать и растереть, добавить соль и перец по вкусу.

Икра из свеклы с сычуаньской капустой

200 г свеклы, 1 луковица, 50 г сладкого соевого соуса, 50 г нашинкованной свежей сычуаньской капусты, 5 г сахарного песка, 30 г растительного масла, соль и перец по вкусу.

Свеклу испечь в духовом шкафу, очистить от кожицы, натереть на крупной терке и смешать с измельченным репчатым луком и нашинкованной сычуаньской капустой. В полученную массу добавить соевый соус и все тщательно перемешать, влить подсолнечное масло, всыпать сахар, соль, перец, все перемешать и тушить на сковороде в течение 30 минут.

Свекольную икру можно использовать не только как пасту для бутербродов, но и как самостоятельное блюдо.

Икра из свеклы с ревенем и морской капустой

50 г черешков ревеня, 100 г свеклы, 100 г сливочного масла, 100 г консервированной морской капусты, сахар и соль по вкусу.

Черешки ревеня тщательно промыть, очистить от грубых волокон и измельчить. Свеклу отварить, очистить от кожицы, нарезать ломтиками, смешать с ревенем и прокрутить через мясорубку. Морскую капусту мелко нарезать.

Все ингредиенты соединить, перемешать, полученную смесь заправить сливочным маслом, посыпать сахаром, посолить, выложить на сковородку и томить на медленном огне при постоянном помешивании в течение 10 минут.

Готовую икру подать на стол вместе с кусочками хлеба.

Икра из баклажанов с ростками сои и креветками

300 г баклажанов, 100 г ростков сои, 100 г мяса креветок, 300 г помидоров, 1 луковица, 60 г соевого масла, 5 г 3%-ного раствора

уксусной кислоты, соль и перец по вкусу.

Баклажаны отварить в небольшом количестве воды, очистить от кожицы и растереть с помощью миксера до образования массы сметанообразной консистенции. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы, измельчить и обжарить на соевом масле. К помидорам добавить предварительно мелко нарезанный репчатый лук, ростки сои и пюре из баклажанов. При постоянном помешивании прожарить смесь на медленном огне.

В полученную массу добавить измельченное мясо креветок, соль, перец, соевое масло, раствор уксуса и все проварить на медленном огне при постоянном помешивании для удаления лишней влаги.

К столу икру подавать охлажденной.

Паштет из печени и свинины с ростками бамбука

300 г говяжьей печени, 300 г свинины, 20 г муки, 200 г сливочного масла, 1 луковица, 100 г моркови, 2 яйца, несколько ягод можжевельника, мускатный орех по вкусу, по несколько горошин душистого и черного перца, зелень укропа, 20 г растительного масла, 100 г ростков бамбука, соль по вкусу.

Поджарить на растительном масле нарезанную кусками и обвалянную в муке печень с луком. Жирную свинину, морковь и лук нарезать кусочками, положить в кастрюлю и тушить до тех пор, пока свинина не станет мягкой. Охлажденное мясо с овощами и печень два раза пропустить через мясорубку, растереть с маслом, ввести взбитые яйца, растертые ягоды можжевельника, посолить и поперчить.

Добавить к полученной массе измельченные ростки бамбука и бульон, все тщательно перемешать и положить мелко нарезанную свинину. Запекать паштет в духовом шкафу в течение 20-30 минут. Для приготовления такого паштета лучше всего воспользоваться специальной формой.

Готовый паштет остудить, перед подачей к столу форму немного подогреть в горячей воде и опрокинуть содержимое на дно мелкой тарелки. Украсить готовый паштет кружочками вареного яйца, моркови и веточками укропа.

Паштет из говядины и морской капусты

400 г отварной говядины, 100 г морской капусты, 100 г сливочного масла, 2 яйца, 50 г готового мясного желе, соль по вкусу, зелень эстрагона и укропа.

Приготовить паштет из говядины так же, как из печени, с добавлением растертой консервированной морской капусты. Намазать на целлофан или пергамент слой размягченного масла толщиной 0,5-0,7 см, выложить сверху приготовленный паштет, посолить, завернуть полученную массу и положить на некоторое время в холодильник.

Охлажденный паштет освободить от целлофана, нарезать кусками предварительно смоченным в горячей воде ножом и украсить каждый кусок кружком вареного яйца. Сверху полить охлажденным желе и еще раз поместить в холодильник для того, чтобы желе загустело.

Готовый паштет в желе разложить по тарелкам и подать к столу, украсив веточками эстрагона и укропа.

Паштет из печени, шпика и ростков бамбука

300 г говяжьей печени, 70 г шпика, 100 г сливочного масла, 100 г моркови, 100 г ростков бамбука, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, соль и молотый перец по вкусу.

Печень хорошо вымыть, очистить от пленок и желчных протоков и нарезать небольшими кусочками. Обжарить до готовности.

Очищенные и промытые морковь, коренья, ростки бамбука и лук нарезать тонкими ломтиками. Все обжарить на сковороде вместе со шпиком, после чего пропустить 2-3 раза через мясорубку.

Протертую печень сложить в кастрюлю, добавить по вкусу соль, перец и растереть со сливочным маслом, положить массу из спассерованных овощей и кореньев, все тщательно перемешать.

К столу паштет подавать охлажденным как самостоятельное блюдо. Его можно использовать также для приготовления бутербродов.

Паштет из говяжьей печени с грибами

300 г говяжьей печени, 50 г растительного масла, 50 г сливочного масла, 100 г моркови, 1 луковица, 50 г грибов, соль и перец по вкусу.

Обжаренную в растительном масле говяжью печень, очищенную, промытую морковь и репчатый лук пропустить через мясорубку не менее 2 раз.

Полученную массу смешать со сливочным маслом, посолить, поперчить и взбить с помощью вилки или деревянной лопаточки, добавить очищенные, промытые и мелко нарезанные грибы.

Готовый паштет переложить в вазочку и поставить на некоторое время в прохладное место.

Паштет селедочный с ростками бамбука и креветками

200 г селедочного фарша, 100 г соленых огурцов, 100 г тофу, 200 г отварного картофеля, 100 г мяса креветок, 100 г ростков бамбука, 100 г растительного масла, зелень укропа и петрушки.

Предварительно очищенные от кожицы огурцы и картофель, а также тофу пропустить через мясорубку, после чего смешать с селедочным фаршем, приготовленным из филе, и заправить растительным маслом, добавить измельченное мясо креветок и ошпаренные ростки бамбука.

Все тщательно перемешать и посыпать измельченной зеленью укропа и петрушки.

Паштет из морской рыбы с ростками бамбука и сои

300 г свежей морской рыбы, 100 г нежирного творога, 1 луковица, 100 г моркови, 100 г сливочного масла, 30 г соевого масла, соль и молотый перец по вкусу.

Свежую морскую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть, разделать на филе и припустить в подсоленной воде. Лук и морковь мелко нарезать и слегка обжарить на соевом масле.

Творог размять и смешать с отварной рыбой, овощами, после чего пропустить всю массу через мясорубку, добавить предварительно размягченное сливочное масло, все хорошо

перемешать, посолить и посыпать перцем. Тщательно вымесив массу, сформовать ее в виде батона и остудить.

Паштет подавать к столу нарезанным порционными кусочками и украшенным мелко нарубленной зеленью укропа.

Паштет из отварного судака с овощами

200 г отварного судака, 300 г помидоров, 1 луковица, 100 г майонеза, зелень укропа, половина лимона, молотый перец и соль по вкусу.

Филе судака припустить в воде, остудить и размять.

Помидоры ошпарить, очистить от кожицы, мелко нарубить и слегка отжать. Репчатый лук и зелень укропа мелко нарезать. Все продукты перемешать, заправить майонезом, солью, перцем.

Паштет из отварной рыбы с яйцами и сельдереем

300 г отварной рыбы, 2 яйца, 20 г соевого масла, сок половины лимона, 2 зубчика чеснока, 1 корень сельдерея, соль и черный молотый перец по вкусу.

Чеснок измельчить с помощью чеснокодавилки. Филе отварной рыбы размять вилкой. Сваренные вкрутую яйца мелко нарубить. Корень сельдерея мелко нарезать.

Соединить все подготовленные продукты, добавить лимонный сок, соевое масло, посолить, поперчить и тщательно перемешать.

Паштет из мяса индейки с грибами и сельдереем

300 г отварного филе индейки, 20 г горчицы, 20 г размягченного сливочного масла, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 луковица, 100 г грибов, 1 корень сельдерея, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Филе индейки, яйцо, зелень и лук пропустить через мясорубку. Горчицу смешать со сливочным маслом. Корень

сельдерея измельчить. Грибы очистить, тщательно промыть и мелко нарезать.

Соединить все продукты, посолить, хорошо перемешать и поставить на несколько минут в холодильник.

К столу подавать как самостоятельное блюдо.

Паштет из куриной печени с морской капустой

300 г куриной печени, 100 г консервированной морской капусты, 50 г соевого масла, 100 г сливочного масла, 1 морковь, 1 луковица, соль и черный молотый перец по вкусу.

Обжарить на соевом масле измельченные морковь, лук и куриную печень. Все остудить и дважды пропустить через мясорубку.

В полученную массу добавить измельченную морскую капусту, соль, перец, размягченное сливочное масло и все перемешать. Готовый паштет поставить на несколько минут в холодильник и затем подать к столу с рисовыми лепешками.

Паштет с мясом цыпленка, овощами и грибами

300 г жареного мяса цыпленка, 100 г моркови, 50 г свежих помидоров, 100 г шампиньонов, 1 луковица, 30 г тертых белых сухарей, 2 яйца, соль и черный перец по вкусу, 50 г соевого масла, соевое масло и сухари для обработки формы, зелень укропа или петрушки.

Мелко нарубленный лук и предварительно очищенные, промытые и измельченные шампиньоны обжаривать в течение нескольких минут на соевом масле.

Мясо цыпленка, овощи и шампиньоны пропустить через мясорубку, добавить яйца, тертые сухари, соль и перец. Все тщательно перемешать. Форму смазать маслом, обсыпать сухарями. Затем выложить паштетную массу, выровнять поверхность и запекать в духовке в течение 30 минут при температуре 180-200˚ С.

Готовый паштет остудить при комнатной температуре, вынуть из формы и намазать на ломти рисовой лепешки. Полученные бутерброды украсить веточками петрушки или

укропа.

Паштет с грибами и ростками сои

300 г отварных или маринованных грибов, 1 луковица, 100 г ростков сои, 2 яйца, 30 г тофу, 40 г сливочного масла, 20 г густой сметаны, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Грибы, лук и тофу пропустить через мясорубку, сваренные вкрутую яйца мелко нарезать и смешать с приготовленным фаршем, добавить припущенные и измельченные ростки сои, все перемешать.

Полученную массу посыпать перцем, посолить, заправить сметаной и сливочным маслом. Готовый паштет украсить измельченной зеленью петрушки.

Паштет с чесноком и сельдереем

4 головки чеснока, 2 корня сельдерея, 300 г сливочного масла, зелень укропа.

Чеснок разобрать на зубчики, очистить и, сложив в подходящую емкость, обдать кипятком. После этого обсушить салфеткой и растолочь в ступке до образования кашицы однородной консистенции.

В чесночную массу добавить промытые, очищенные и измельченные корни сельдерея, предварительно размягченное сливочное масло, зелень укропа, после чего протереть полученную массу через мелкое сито.

К столу чесночный паштет подавать охлажденным, с хлебом, выпеченным из рисовой или пшеничной муки.

Паштет с чесноком, тофу и арахисом

2 головки чеснока, 300 г тофу, 200 г арахиса, 200 г сливочного масла, зелень укропа.

Чеснок разделить на зубчики, очистить, прокрутить через

мясорубку с добавлением тофу и орехов. Полученную смесь тщательно размешать, добавляя небольшими порциями размягченное сливочное масло.

К столу паштет подавать охлажденным, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Паштет из омаров с огурцами

200 г огурцов, 100 г сливочного масла, 100 г тофу, 200 г омаров, 10 г майонеза или густой сметаны, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Огурцы вымыть, очистить от кожицы, обрезать по краям и натереть на крупной терке. После этого смешать с измельченной зеленью укропа, сливочным маслом, мелко нарезанными омарами, растертым тофу и майонезом или сметаной. Полученную массу посыпать перцем и посолить по вкусу.

Готовый паштет подавать к столу охлажденным, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Паштет из болгарских перцев с тофу и базиликом

200 г болгарских перцев, 100 г сливочного масла, 100 г тофу, зелень укропа, петрушки и базилика.

Перцы вымыть, удалить плодоножки, сердцевины с семенами и срезать острые кончики.

Зелень укропа, петрушки и базилика измельчить и вместе с перцем пробланшировать в слегка подсоленной воде в течение 3-4 минут.

После этого перцы нарезать небольшими кусочками, смешать с размягченным сливочным маслом, растертым тофу и мелко нарубленным укропом, все взбить миксером или с помощью вилки.

К столу паштет подавать охлажденным, посыпав рубленой зеленью базилика.

Суси

Наиболее популярным холодным блюдом в Японии считаются суси. Японским поварам известны рецепты приготовления множества его разновидностей: собственно суси, нигири, маки, футо маки, темаки.

Суси с начинкой из омаров

300 г мяса омаров, 100 г риса, имбирь, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Отварное мясо омаров измельчить. Рис перебрать, промыть и отварить. Из сваренного риса сформировать маленькие лепешки.

В центр каждой вдавить начинку, приготовленную из мяса омаров и пряностей, посолить. Все завернуть в листья морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из лосося

300 г филе лосося, 100 г риса, имбирь, тертый мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Отварное или предварительно замороженное филе лосося нарезать маленькими ломтиками, обвалять их в смеси пряностей и соли.

Рис перебрать, хорошо промыть в проточной воде, отварить, после чего откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Из риса сформовать маленькие лепешки. В центр каждой выложить кусочки рыбы, запанированные в смеси пряностей.

Все обернуть листьями водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из морского карпа

200 г отварного филе морского карпа, 100 г риса, имбирь, корица, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Свежего карпа очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть, разрезать на куски, положить в кастрюлю с водой и варить в течение нескольких минут. Отделить мякоть сваренной рыбы от костей. Филе нарезать мелкими кусочками и смешать с пряностями, посолить.

Рис перебрать, хорошо промыть под проточной водой, отварить, после чего откинуть на дуршлаг или сито и дать стечь

воде.

В центр маленьких лепешек, сформованных из рисовой каши, выложить смесь рыбного филе и пряностей, все обернуть припущенными в кипятке или сухими водорослями и подать к столу.

Суси с начинкой из угря и мяса креветок

300 г филе угря, 200 г мяса креветок, 100 г риса, имбирь, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Угря выпотрошить, нарезать кусками и отварить в слегка подсоленной воде. Отварное филе отделить от костей и нарезать тонкими небольшими пластинками, после чего обвалять их в смеси имбиря и молотого черного перца, посыпать солью.

Рис перебрать, тщательно промыть и отварить в слегка подсоленной воде. Из сваренного риса сформовать небольшие лепешки. На них выложить кусочки рыбы, сверху – измельченное мясо креветок.

Все положить на листья водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из омаров, креветок и камбалы

300 г мяса омаров, 200 г мяса креветок, 200 г отварного филе камбалы, 200 г риса, 1 корень сельдерея, тертый мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Отварное мясо омаров, креветок и отварное филе камбалы измельчить и смешать с пряностями, солью и мелко нарезанным корнем сельдерея.

Рис перебрать, тщательно промыть под струей холодной воды и отварить. Из сваренного риса сформовать лепешки. В центр каждой из них выложить приготовленную начинку из морепродуктов.

Все завернуть в листья морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из устриц

300 г устриц, 100 г риса, 1 корень сельдерея, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Устриц варить в течение нескольких минут, после чего каждую обвалять в пряной смеси, приготовленной из мускатного ореха и молотого перца с добавлением соли и измельченного корня сельдерея.

Рис перебрать, промыть под проточной водой, отварить. Из сваренного риса сформовать лепешки. В центр каждой из них вдавить кусочки устриц, после чего завернуть в сушеные листья морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из омаров и копченой трески

200 г копченого филе трески, 200 г омаров, 100 г риса, имбирь, мускатный орех, зелень базилика, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Филе трески нарезать тонкими маленькими пластинами и обвалять в смеси, приготовленной из имбиря, тертого мускатного ореха, рубленой зелени базилика и молотого перца с добавлением соли. Омаров измельчить.

Рис перебрать, хорошо промыть под струей холодной воды, отварить. Из сваренного риса сформовать небольшие лепешки. На них сверху выложить сначала кусочки копченой трески, затем измельченное мясо омаров.

Все положить на листья морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из копченого угря с морскими гребешками

300 г копченого филе угря, 200 г морских гребешков, 200 г риса, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Филе копченого угря нарезать маленькими ломтиками, обвалять их в молотом черном перце с добавлением соли. Морские гребешки нарезать тонкими пластинами, также обвалять в смеси перца и соли.

Рис перебрать, промыть и отварить. На сформированные из сваренного риса лепешки положить сначала ломтики копченого

угря, затем пластины морских гребешков. Каждый полученный бутерброд положить на отдельный лист морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из мяса креветок и мидий

300 г мяса креветок, 200 г мидий, 200 г риса, имбирь, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Мясо креветок и мидий варить в течение нескольких минут, после чего измельчить и смешать с пряной смесью, приготовленной из имбиря, тертого мускатного ореха, черного молотого перца и соли. Все перемешать.

Рис перебрать, тщательно промыть проточной водой и отварить. Из вареного риса сформовать маленькие лепешки, затем в центре каждой сделать ямку и положить в нее приготовленную смесь из морепродуктов.

Все обернуть припущенными в кипятке или сушеными листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из сельди с мятой

300 г сельди, 200 г риса, мята, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Сельдь очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и, разрезав на куски, отварить в подсоленной воде. Отварное филе рыбы нарезать тонкими пластинками, которые затем обвалять в пряной смеси из измельченных листьев мяты и молотого перца с добавлением небольшого количества соли.

Рис перебрать, промыть проточной водой и отварить. Из сваренной рисовой каши сформовать небольшие лепешки, на каждую из которых положить пластинки рыбы. Кусочки рыбы положить на листья морских водорослей, предварительно припущенные в кипятке, и подать к столу.

Суси с начинкой из красной рыбы с красной икрой

300 г мяса красной рыбы, 50 г красной икры, 200 г риса, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Свежую красную рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и отварить в слегка подсоленной воде, после чего нарезать филе пластинками. Рыбу обвалять в смеси из мускатного ореха и молотого перца с добавлением соли.

Рис перебрать, хорошо промыть в проточной воде, отварить. Из сваренного риса сформовать маленькие лепешки. На каждую из них положить сначала пластинки рыбы, затем небольшое количество икры.

Каждый кусочек рыбы с икрой положить на отдельный лист морских водорослей и подать суси к столу.

Суси с начинкой из омаров и филе семги

200 г мяса омаров, 300 г семги, 200 г риса, имбирь, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Семгу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и отварить в подсоленной воде, после чего нарезать небольшими кусочками. Мясо омаров измельчить. Рис перебрать, промыть в проточной воде и отварить. Из рисовой каши сформовать лепешки. В центре каждой сделать углубление и положить туда сначала кусочки рыбы, предварительно обвалянные в смеси из имбиря и молотого перца с добавлением соли, затем измельченное мясо омаров.

Все обернуть сушеными листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из морских ушек

300 г морских ушек, 200 г риса, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Мясо морских ушек варить в течение нескольких минут, после чего нарезать маленькими кусочками. Каждый обвалять в смеси тертого мускатного ореха, молотого черного перца и соли.

Рис перебрать, хорошо промыть и отварить в подсоленной воде. Из полученной рисовой каши сформовать лепешки, на

каждую из которых положить по кусочку морских ушек.

Полученные бутербродики разложить на листьях морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из медуз

300 г медуз, 100 г риса, имбирь, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа, морские водоросли.

Медуз варить в течение нескольких минут, после чего нарезать небольшими ломтиками. Каждый обвалять в смеси из имбиря, соли, молотого перца и мелко нарубленной зелени укропа.

Рис перебрать, промыть под струей холодной воды и отварить в слегка подсоленной воде. Из полученной рисовой каши сформовать небольшие лепешки, в центре каждой из которых сделать небольшое углубление, положить туда подготовленные ранее кусочки медуз.

Все обернуть листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из кальмаров с морской капустой

300 г мяса кальмаров, 100 г риса, 100 г морской капусты, имбирь, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Мясо кальмаров отварить в слегка подсоленной воде в течение нескольких минут, после чего откинуть на дуршлаг, дав стечь воде, и нарезать соломкой, обвалять в смеси имбиря и молотого перца с добавлением небольшого количества соли.

Морскую капусту припустить в кипящей воде и мелко нарезать.

Рис перебрать, промыть проточной водой и отварить. Из сваренного риса сформовать лепешки. В центре каждой сделать углубление, положить кусочки кальмаров и измельченную капусту.

Все обернуть листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из омаров с морской капустой

300 г мяса омаров, 200 г риса, 200 г морской капусты, имбирь, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Отварное мясо омаров нарезать маленькими кусочками и обвалять в смеси, приготовленной из имбиря, молотого перца и соли. Каждый кусочек обернуть листом предварительно припущенной в кипящей воде морской капусты.

Полученные рулетики разложить на листьях водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из камбалы с мясом каракатиц

300 г камбалы, 100 г мяса каракатиц, 1 корень сельдерея, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа, морские водоросли.

Свежую камбалу очистить, выпотрошить и промыть, нарезать кусками и варить в течение нескольких минут. Филе нарезать пластинками и обвалять в смеси измельченного сельдерея и зелени укропа, тертого мускатного ореха, молотого черного перца и соли.

Мясо каракатиц отварить в слегка подсоленной воде до готовности.

Рис перебрать, промыть под струей холодной воды и отварить. Из полученной рисовой каши сформовать маленькие лепешки. В центре каждой сделать углубление, куда положить сначала ломтик камбалы, затем мелко нарезанное мясо каракатиц.

Все обернуть листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из палтуса и креветок

300 г палтуса, 100 г мяса креветок, 200 г риса, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, морские водоросли.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, разрезать на куски и отварить в подсоленной воде, после чего нарезать небольшими кусочками. Каждый кусочек обвалять в тертом мускатном орехе, молотом перце и соли. Отварное мясо креветок измельчить.

Рис перебрать, тщательно промыть проточной водой и отварить. Из сваренного риса сформовать лепешки, в центре каждой из которых сделать углубление, туда положить сначала кусочек рыбы, затем небольшое количество мелко нарезанного мяса креветок.

Все обернуть в предварительно припущенные в кипятке листья морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из сардин

300 г сардин, 200 г риса, 1 корень сельдерея, мускатный орех, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа и базилика, морские водоросли.

Свежие сардины очистить от чешуи, выпотрошить, разрезать на куски и отварить, после чего нарезать тонкими пластинками. Каждый кусочек обвалять в смеси, приготовленной из очищенного, хорошо промытого и измельченного корня сельдерея, тертого мускатного ореха, молотого перца, мелко нарубленной зелени укропа и базилика и соли.

Рис перебрать, хорошо промыть под струей холодной воды и отварить до готовности. Из рисовой каши сформовать маленькие лепешки, в центре каждой из которых сделать углубление, куда положить по пластинке подготовленной рыбы.

Все обернуть листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из трески с медузами

300 г трески, 200 г медуз, 200 г риса, 1 корень сельдерея, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа, морские водоросли.

Треску очистить от чешуи, выпотрошить и отварить в слегка подсоленной воде.

Отварную рыбу разделать на филе и нарезать маленькими кусочками, каждый из которых обвалять в смеси из измельченного корня сельдерея, соли, молотого перца и рубленой зелени укропа.

Медуз варить в течение нескольких минут, нарезать кусочками и обвалять в смеси молотого перца и соли.

Рис перебрать, промыть проточной водой и отварить. Из

полученной рисовой каши сформовать небольшие лепешки, на каждую из которой положить сначала кусочек запанированной в пряной смеси трески, а затем кусочки медуз.

Полученные бутербродики разложить на листьях морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из медуз и креветок

200 г медуз, 200 г креветок, 200 г риса, сушеные листья мяты, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа, морские водоросли.

Медуз отварить и нашинковать, полученную массу смешать с толчеными сушеными листьями мяты. Мясо креветок измельчить и смешать с молотым перцем, солью и мелко нарубленной зеленью укропа.

Рис перебрать, промыть в холодной воде и отварить до готовности. Из рисовой каши сформовать маленькие лепешки, в центре каждой сделать углубление и положить сначала мясо медуз, затем креветки.

Все обернуть листьями морских водорослей и подать к столу.

Суси с начинкой из маринованного угря с мясом каракатиц

300 г маринованного угря, 100 г мяса каракатиц, 200 г риса, 1 корень сельдерея, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа, морские водоросли.

Маринованного угря нарезать маленькими кусочками и обвалять в смеси, приготовленной из измельченного корня сельдерея, черного молотого перца, соли и рубленой зелени укропа. Мясо каракатиц отварить в слегка подсоленной воде и нарезать мелкими кусочками, после чего каждый кусочек обвалять в молотом перце. Рис перебрать, тщательно промыть и отварить.

Из полученной рисовой каши сформовать небольшие лепешки. В центре каждой из них сделать углубление, куда положить кусочек угря, затем кусочек каракатицы. Все обернуть листьями морских водорослей и подать к столу.

СУПЫ

В Японии варят густые супы. Особенной популярностью среди жителей Страны восходящего солнца пользуются овощные, мясные, грибные и рыбные (уха) супы, а также супы-пюре, сваренные из бобовых. Особенный вкус и аромат таким блюдам

придают используемые при приготовлении пряные травы, специи и коренья.

Мясной суп с сычуаньской капустой

200 г баранины, 300 г куриного бульона, 1 кочан сычуаньской капусты, 3 г концентрата вейдзин, 15 г соевого соуса, 1 г квасцов, 10 г кунжутного масла, соль и молотый перец по вкусу.

Для того чтобы сварить бульон, нужно приготовить тазобедренную часть баранины: срезать жир с мякоти бараньей ноги, нарезать мясо кубиками.

Приготовить маринад из соли, специй, воды и квасцов. Горячим маринадом залить кусочки мяса.

Сычуаньскую капусту отжать и затем обдать кипятком, после чего вместе с мясом откинуть на сито или дуршлаг.

Перед подачей к столу кусочки мяса и капусту разложить по пиалам, залить горячим куриным бульоном, заправить вейдзином, соевым соусом и кунжутным маслом.

Бульон из акульего плавника

200 г сушеных акульих плавников, 1 лавровый лист, 300 г воды, соль и молотый перец по вкусу.

Для приготовления бульона можно использовать как свежие плавники, так и полуфабрикаты, например сушеные плавники серой, ковровой, белоперой и короткохвостой акул.

Опустить плавники в кастрюлю с водой, поставить на плиту и довести до кипения. Затем убавить огонь и варить не менее 2 часов. За 5 минут до готовности добавить молотый перец, соль и лавровый лист.

К столу бульон подавать горячим, с клецками.

Куриный бульон с тешей калуги

200 г мяса курицы, 30 г теши калуги, 500 г воды, 10 г

консервированного зеленого горошка, 10 г водки, 2 г концентрата вейдзин, 3 г кунжутного масла, 3 г соевого соуса, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Тушку курицы опалить, тщательно промыть под струей холодной воды, опустить в кастрюлю с водой, довести до кипения на сильном огне, снять пену и затем убавить огонь.

Варить мясо до полной готовности. Готовую курицу вынуть, нарезать маленькими кусочками.

Тешу калуги промыть, нарезать узкими длинными полосками.

Зеленый горошек, кусочки рыбы и птицы выложить на плоскую тарелку и обдать кипятком. Воду слить, а продукты опустить в теплый куриный бульон и поставить на огонь. Довести суп до кипения, периодически снимая пену.

За несколько минут до готовности в блюдо добавить необходимое количество соевого соуса, водку, кунжутное масло, вейдзин, перец и соль.

К столу куриный суп с тешей калуги подать в небольших пиалах, посыпав рубленой зеленью укропа.

Куриный суп с рисом

500 г цыпленка, 50 г риса, 1 лимон, 2 л воды, 70 г репчатого лука, 1 лавровый лист, 30 г сливочного масла, соль по вкусу, зелень укропа, сметана для заправки.

Из лимона выдавить сок. Нарезать цыпленка порционными кусками, натереть их солью и обмакнуть в приготовленный лимонный сок. Растопить масло на сковороде, обжарить на нем кусочки мяса до получения хрустящей корочки. Лук нарезать тонкими кольцами, после чего слегка обжарить на сливочном масле. Рис перебрать, промыть под струей холодной воды, затем всыпать в кастрюлю с холодной водой, довести до кипения и варить до полной готовности.

Тем временем приготовить маринад. Для этого в кипящую воду положить лавровый лист, соль, мелко рубленную зелень и обжаренный лук, добавить кусочки цыпленка и отварной рис. Все вместе проварить в течение 10-15 минут.

Перед подачей к столу куриный суп можно заправить сметаной.

Куриный бульон с трепангами и соевым соусом

100 г цыпленка, 50 г сушеных трепангов, 100 г огурцов, 3 г соевого соуса, 3 г концентрата вейдзин, 20 г топленого куриного жира, квасцы и соль на кончике ножа, 3 г имбиря.

Подготовленного цыпленка залить холодной водой, довести до кипения и сварить бульон.

Свежий огурец нарезать тонкими кружочками, трепанги – маленькими ломтиками, после чего обдать их кипятком. Мясо цыпленка нарезать небольшими кусочками.

В кипящий бульон положить концентрат вейдзин, влить соевый соус, добавить куриный жир, имбирь, соль и квасцы, все перемешать и варить не более 3 минут.

Перед подачей к столу положить кусочки цыпленка, огурцы и кусочки трепангов в небольшие пиалы, залить их горячим бульоном и подать к столу.

Суп яичный с говядиной и овощами

100 г свежих огурцов, 20 г консервированного зеленого горошка, 4 крупных яйца, 1,5 л прозрачного говяжьего бульона, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 3 г соевого соуса, соль и молотый перец по вкусу.

Огурцы хорошо вымыть, срезать кожицу и нарезать тонкими кружочками.

В кипящий бульон опустить зеленый горошек и варить в течение 5 минут, добавить соль, перец, соевый соус и кружочки огурца. Спустя несколько минут с помощью шумовки вынуть овощи из кастрюли и поставить их в теплое место.

Сварить яйца в воде с добавлением раствора уксусной кислоты.

Несколько кружочков огурца, четверть необходимого количества консервированного горошка и одно яйцо, предварительно нарезанное тонкими кружочками, положить в каждую тарелку, после чего залить горячим бульоном и подать к столу.

Картофельный суп

300 г картофеля, 500 г воды, 15 г сливочного масла, 300 г говяжьего бульона, 200 г белого соуса, 50 г нежирных сливок, соль и молотый перец по вкусу.

Предварительно очищенный от кожицы и тщательно промытый картофель опустить в кастрюлю с холодной водой, добавить соль, перец, довести до кипения и проварить до полной готовности. С помощью шумовки вынуть картофель, сделать пюре, постепенно, маленькими порциями влить белый соус, сливки и сливочное масло, все хорошо размешать.

Полученное пюре залить горячим мясным бульоном и довести до кипения. К столу японский суп-пюре, приготовленный из картофеля, нужно подавать в небольших пиалах.

Суп с клецками

300 г баранины, 200 г картофеля, 200 г гороха, 30 г моркови, 30 г репчатого лука, 2 л воды, соль и молотый перец по вкусу.

Для приготовления клецек: 100 г муки, 1 яйцо, 100 г мясного бульона, соль по вкусу, красный молотый перец.

Из муки, яйца, соли, перца и бульона приготовить тесто: оно должно быть достаточно жидким и вместе с тем не прилипать к стенкам посуды.

Баранину промыть, опустить в кастрюлю с холодной водой и сварить бульон, затем вынуть мясо и нарезать его небольшими кубиками. В бульон опустить предварительно перебранный и промытый горох, затем нарезанный кубиками картофель и обжаренные морковь и лук. За 10 минут до готовности положить в суп кусочки мяса, после чего опустить клецки, делая их при помощи двух столовых ложек, все посолить и посыпать перцем.

К столу суп подавать горячим.

Суп из раков и креветок

300 г свежей рыбы, 500 г раков, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 корень сельдерея, несколько горошин черного перца, 1 лавровый лист, 20 г молотых сухарей, 100 г вареного риса, 2 сырых яйца, 30 г сливочного масла, 100 г молока, 20 г муки, соль и мускатный

орех по вкусу, зелень укропа.

В кипящую воду положить укроп, лавровый лист, перец горошком и раков. Варить до полной готовности. Осторожно снять с вареных раков панцирь, вынуть мясо из клешней и шеек. Мясо раков мелко нарезать или пропустить через мясорубку, смешать с измельченными сухарями, рисом, сливочным маслом, молоком, сырыми яйцами, мелко нарубленной зеленью укропа, солью и мускатным орехом. Полученным фаршем начинить панцири раков.

Далее нужно приготовить раковое масло. Панцирь, снятый с клешней, измельчить, положить в кастрюлю с разогретым сливочным маслом и прогревать до тех пор, пока масло не приобретет ярко-оранжевой окраски, затем в полученную смесь добавить муку и варить в течение 2 минут.

Далее нужно влить горячую воду, поварить и процедить. Приготовить рыбный бульон с добавлением нарезанной моркови и измельченных кореньев, положить фаршированные панцири и прогревать бульон в течение 5-6 минут. Добавить в суп приготовленное раковое масло.

К столу блюдо подавать горячим, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Гороховый суп со сметаной

100 г гороха, 1 л мясного бульона, 100 г репчатого лука, 20 г растительного масла, 100 г томатного сока, 50 г сметаны, соль и молотый перец по вкусу.

Лук мелко нарезать и слегка обжарить на растительном масле до золотистого цвета, после чего добавить предварительно выдержанный в воде в течение нескольких часов горох. Все ингредиенты залить холодным мясным бульоном. Варить горох до полной готовности, бульон процедить, а горох протереть через мелкое сито и вновь положить в бульон.

В гороховый суп добавить томатный сок, соль и молотый перец и варить в течение 5-10 минут. К столу суп подать горячим, заправив сметаной.

Суп из креветок с морковью

300 г креветок, 70 г моркови, 50 г репчатого лука, 50 г муки, 1 яйцо, 400 г воды, 200 г молока, соль по вкусу, концентрат креветочного бульона.

Размороженные при комнатной температуре креветки хорошо промыть, варить в кипящей подсоленной воде в течение 5 минут, после чего вынуть, удалить панцири и нарезать маленькими кусочками.

Лук и морковь очистить, промыть, нашинковать и обжарить вместе с креветками до полной готовности. Полученную массу остудить и протереть через мелкое сито.

Яйцо смешать с молоком и хорошо растереть. Муку спассеровать на сухой сковороде до золотистого цвета.

Все ингредиенты смешать, добавить концентрат креветочного бульона на кончике ножа и варить на слабом огне, не доводя до кипения, до получения массы сметанообразной консистенции.

К столу креветочный суп подавать горячим в больших пиалах.

Томатный суп

500 г мяса с костью, 1 кг крупных помидоров, 250 г репчатого лука, 300 г картофеля, 100 г сладкого перца, 500 г воды, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Мясо хорошо промыть, опустить его в кастрюлю с холодной водой и довести до кипения, периодически снимая пену, чтобы бульон получился прозрачным. Огонь убавить и варить мясо до полной готовности. После этого мясо вынуть, бульон процедить и вновь поставить на огонь.

Репчатый лук очистить, мелко нарезать и положить в кастрюлю с бульоном. Туда же положить промытый, освобожденный от семян и сердцевины и нарезанный тонкими кольцами сладкий перец. Помидоры промыть, картофель очистить и нарезать мелкими кубиками.

Опустить овощи в бульон и все варить в течение 30 минут. Готовые помидоры вынуть и протереть через сито.

Полученную томатную массу добавить в кастрюлю, все перемешать, посолить и посыпать перцем. Готовый суп подавать к столу, посыпав рубленой зеленью укропа и петрушки.

Уха по-японски

500 г свежей морской рыбы, 1 л воды, 100 г репчатого лука, 1 лавровый лист, корень петрушки, зелень укропа, соль и молотый перец по вкусу.

Свежую рыбу выпотрошить, очистить от чешуи и тщательно промыть. Затем залить ее холодной водой и поставить на огонь. После того как вода закипит, снять пену и опустить в кастрюлю мелко нарезанные лук и корень петрушки, добавить лавровый лист, перец и соль. Варить уху нужно не менее получаса, периодически снимая пену.

Перед подачей к столу уху разлить по порционным пиалам и посыпать рубленой зеленью укропа.

Суп-пюре из фасоли (мизоширу)

400 г фасоли, 70 г моркови, 70 г репчатого лука, 600 г молока, 150 г сливочного масла, 1 л воды, соль и молотый перец по вкусу.

Фасоль замочить в холодной воде и оставить на несколько часов, затем опустить ее в кастрюлю с кипящей водой, добавить нарезанные крупными кружками морковь и лук и варить все до полной готовности.

Слить бульон, сваренные фасоль и овощи еще горячими протереть через мелкое сито. Полученное пюре развести слегка подогретым молоком, посыпать перцем и посолить.

Суп-пюре подавать к столу, заправив маслом.

Тыквенный суп

200 г тыквы, 300 г воды, 100 г риса, 1 л молока, 70 г сливочного масла, соль по вкусу.

Предварительно очищенную от кожицы и нарезанную мелкими кубиками тыкву положить в кипящую подсоленную воду. Туда же добавить заранее перебранный и промытый проточной водой рис.

Все варить до полуготовности. Спустя некоторое время в кастрюлю добавить горячее молоко и варить суп еще 10 минут. Снять кастрюлю с огня и настаивать смесь в течение 10 минут.

Разлить тыквенный суп по небольшим пиалам и перед

подачей к столу заправить сливочным маслом.

Суп из баранины с сушеными трепангами

50 г сушеных трепангов, 100 г баранины, 500 г воды, 200 г огурцов, 10 г рисовой водки, 20 г соевого соуса, 5 г смальца, 30 г свежего имбиря, квасцы, соль и молотый перец по вкусу.

Прежде всего нужно заняться приготовлением трепангов, поскольку это отнимает много времени. Их нужно промыть, положить в кастрюлю с холодной водой, довести до кипения, снять с огня и оставить на сутки.

После этого отвар слить, а трепанги промыть, после чего вновь залить холодной водой, прокипятить, отвар слить, трепанги вновь тщательно промыть. Разрезать их вдоль, удалить внутренности и вновь хорошо промыть, откинуть на сито или дуршлаг, отжать, нарезать маленькими ломтиками и обдать крутым кипятком.

Баранину промыть, положить в кастрюлю с холодной водой, довести до кипения, периодически снимая пену. Затем убавить огонь и варить мясо до полной готовности.

Примерно за 5 минут до окончания варки добавить растопленный свиной жир, квасцы, рисовую водку, имбирь, соевый соус, молотый перец, все посолить. Вынуть из бульона мясо, нарезать его небольшими ломтиками. Огурцы очистить и нарезать тонкими кружочками.

В каждую тарелку положить по кусочки баранины, трепанги, огурцы, залить все мясным бульоном и сразу подать к столу.

Суп из креветок с чесноком

200 г свежих креветок, 1 л воды, 300 г краснокочанной капусты, 150 г моркови, 100 г репчатого лука, 100 г растительного масла, 2 зубчика чеснока, 20 г сахара, 20 г пшеничной муки, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа и кинзы.

Креветки очистить, разрезать пополам и тщательно промыть, после чего добавить нашинкованный репчатый лук, сахар, соль, перец и оставить все на 2 часа. Растительное масло разогреть на

сковороде, выложить в него мясо креветок и тушить его в течение 10-15 минут, добавить пшеничную муку, предварительно истолченный чеснок и вновь тушить в течение 5 минут.

В другой посуде в небольшом количестве масла потушить заранее нарезанную тонкой соломкой морковь, затем добавить воду и нашинкованную капусту. Все проварить до полной готовности.

Все ингредиенты смешать и довести до кипения. К столу суп подавать, украсив веточками укропа и кинзы.

Суп из свежей морской рыбы с молоком

500 г рыбы, 70 г растительного масла, 70 г пшеничной муки, 300 г молока, 70 г репчатого лука, 700 г воды для бульона, 30 г сливочного масла, зелень петрушки, соль по вкусу.

Рыбу выпотрошить, тщательно промыть, отделить мякоть от костей. Голову без жабр опустить в холодную воду, посолить и сварить бульон.

Рыбу нарезать небольшими кусочками и тушить в масле с мелко нарубленным луком.

На отдельной сковороде спассеровать муку с растительным маслом, добавить сваренный бульон и довести все до кипения, затем опустить кусочки рыбы и варить суп в течение 15 минут. Готовый суп процедить, протереть через мелкое сито, оставив несколько кусочков целыми, после чего развести горячим молоком и заправить маслом.

Рыбный суп подавать в пиалах, с оставшимися кусочками рыбы. Можно также сделать фрикадельки, используя 100 г рыбного филе.

Перед подачей к столу суп посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.

Лапша с фасолью

100 г баранины, 400 г воды, 50 г фасоли, 1 яйцо, 20 г растительного масла, 50 г пшеничной муки, 200 г репчатого лука, зелень укропа или петрушки, соль, черный молотый перец по вкусу.

Муку просеять, насыпать горкой и сделать в ней углубление.

Влить туда воду, добавить соль, яйцо и замесить тесто. Раскатать его тонким слоем, свернуть рулетом и нарезать тонкими полосками. Готовую лапшу немного просушить.

Мясо промыть и нарезать порционными кусками, натереть каждый солью и слегка обжарить. Затем добавить воды, всыпать фасоль и варить до готовности. Репчатый лук очистить, нашинковать и обжарить до золотистого цвета. Опустить обжаренный лук в кастрюлю с мясом, всыпать лапшу, посолить, посыпать перцем и варить до готовности.

Перед подачей к столу суп разлить по тарелкам или пиалам и посыпать нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Суп с лапшой по-японски

50 г сметаны, соль по вкусу, 700 г говяжьего бульона, 70 г моркови, 150 г репчатого лука.

Для приготовления теста: 100 г муки, 1 яйцо, 100 г кипяченой воды.

В кипящий бульон положить очищенные и мелко нарезанные морковь и репчатый лук, сварить все до полной готовности.

Муку просеять, высыпать горкой на стол, сделать в ней углубление, влить воду, добавить яйцо и замесить мягкое тесто. Поместить его в холодильник на 2 часа, после чего раскатать тонким слоем и вырезать маленькие квадратики размером 2 х 2 см, а из них нарезать лапшу.

В кипящую подсоленную воду положить лапшу, отварить ее до готовности, после чего откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Разложить лапшу по глубоким тарелкам, залить бульоном, положить овощи.

К столу суп подавать горячим, заправив сметаной.

Куриный суп-пюре с соевым соусом

500 г мяса курицы, 1,5 л воды, 30 г топленого сливочного масла, 10 г соевого соуса, 1 луковица, 100 г риса, 30 г гороха, зелень петрушки и укропа, 2 зубчика чеснока, молотый перец и соль по вкусу.

Подготовленную тушку курицы разделать на порционные

куски, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и варить до готовности. После того как мясо сварится, процедить бульон и положить предварительно перебранный и промытый в холодной воде рис. Нашинкованный лук спассеровать в топленом масле и добавить его в кипящий бульон.

Продолжать варить на медленном огне до разваривания риса.

Отдельно сварить заранее размоченный в воде горох и смешать его с соевым соусом, мелко нарубленной зеленью петрушки и укропа и толченым чесноком. За 10 минут до окончания варки добавить в суп горох, смешанный с соусом, соль, перец, все прокипятить, затем процедить суп через крупное сито или дуршлаг. Разложить куски курицы по тарелкам и залить их приготовленным супом-пюре.

Грибной суп с мясом курицы

500 г мяса курицы, 300 г сушеных сморчков, 2 яичных желтка, 200 г сливок, 1 яйцо, 10 г сливочного масла, 5 г молотого мускатного ореха, 10 г белого вина, 1 л куриного бульона, 10 г пшеничной муки, зелень укропа, соль по вкусу.

Куриное мясо пропустить через мясорубку и перемешать полученный фарш с яйцом, вином, мукой и сливочным маслом. Грибы замочить, очистить, прокипятить в подсоленной воде, затем срезать ножки и заполнить шляпки приготовленным ранее фаршем.

Сварить грибы в маленькой кастрюльке в стакане куриного бульона, после чего разложить по глубоким тарелкам. Бульон, оставшийся от варки грибов, процедить и смешать с куриным бульоном, все прокипятить и влить при постоянном помешивании сливки, смешанные с яичными желтками. Суп варить на сильном огне в течение 5 минут, после чего процедить, добавить мускатный орех и мелко нарезанную зелень укропа.

Разлить бульон по тарелкам с грибами и подать к столу.

Куриный суп со специями

700 г мяса курицы, 1 телячья нога, 1 луковица, 1 корень петрушки, 100 г моркови, 200 г овсяной крупы, 2 звездочки

гвоздики, сушеный измельченный майоран, соль и молотый перец по вкусу.

Лук, морковь и корень петрушки мелко нарезать, переложить в кастрюлю, сверху положить выпотрошенную, опаленную и промытую птицу, а также разрубленную на куски и промытую телячью ногу.

Мясо залить водой и варить в течение 30 минут. Добавить приправы, соль и варить еще в течение 20-30 минут, время от времени снимая пену. Затем всыпать вымоченную в холодной воде крупу и варить суп до готовности.

Мясо и крупу вынуть из бульона, мясо отделить от костей и нарезать крупными кусками, размягченные овощи протереть через мелкое сито. Полученное овощное пюре смешать с крупой и поместить в бульон, туда же положить нарезанное мясо.

Суп подать к столу сразу после приготовления.

Прозрачный суп из красной рыбы

600 г готового рыбного бульона, 300 г свежей красной рыбы, 5 г зеленого лука, 5 г водки, 5 г саке, 1 лимон, соль по вкусу.

Свежую рыбу натереть с обеих сторон солью и оставить для пропитки примерно на 5 минут, после чего промыть рыбу водой, обсушить с помощью бумажной салфетки и нарезать небольшими кусочками.

В посуду влить рыбный бульон, поставить на огонь и довести до кипения. Огонь убавить, добавить саке и водку, после чего вновь довести смесь до кипения, положить нарезанную рыбу и варить в течение 1-2 минут.

Вынуть филе из бульона, разложить по порционным тарелкам и залить бульоном. К столу блюдо подать, украсив мелко нарезанным зеленым луком и дольками лимона.

Прозрачный суп с тофу и морскими водорослями

100 г бульона, 100 г тофу, 1 лист морской водоросли вакамэ.

Вакамэ залить холодной водой и оставить на 10 минут для размягчения. Тем временем нарезать тофу мелкими кубиками.

Вымоченный лист вакамэ обсушить салфеткой и отжать,

нарезать крупными кусочками, положить в посуду со слегка нагретым бульоном, добавить тофу.

Суп довести до кипения, разлить по тарелкам и подать к столу.

Куриный суп со шпинатом

100 г бульона, 50 г мяса курицы, зелень шпината.

Отварное мясо курицы и зелень шпината измельчить. В бульон положить мясо, довести все до кипения, снять образовавшуюся пену, добавить крупно нарезанный шпинат, убавить огонь и варить до готовности продуктов.

К столу подавать сразу после приготовления.

Грибной суп с яйцом

100 г бульона, 1 яйцо, 10 г сушеных грибов, 5 г десертного вина, сахар по вкусу.

Грибы замочить, после чего обсушить салфеткой и разрезать каждый пополам, положить в кастрюлю с бульоном, добавить вино и сахар, поставить на огонь и довести до кипения, затем вбить в суп яйцо и проварить на медленном огне до полной готовности продуктов.

Суп с моллюсками и зеленым луком

100 г бульона, 300 г моллюсков, 1 лимон, 30 г зеленого лука, соль по вкусу.

Моллюски залить подсоленной водой и оставить на 8-12 часов для вымачивания. Бульон поставить на огонь и довести до кипения, после чего положить в него просоленные и вымоченные моллюски.

Когда раковины раскроются, моллюски выложить на тарелки.

Бульон процедить и вновь довести до кипения, всыпать мелко нарезанный зеленый лук, затем разлить по тарелкам с

моллюсками и украсить нарезанной лентой лимонной кожурой.

Суп с яйцом и грибами

700 г бульона, сваренного из морской капусты или мяса курицы, 100 г свежих грибов, 1 яйцо, 5 г зелени кинзы, соль по вкусу.

Сваренный из морской капусты или мяса курицы бульон поставить на огонь и довести до кипения, добавить соль.

Грибы почистить, тщательно промыть, обсушить салфеткой и нарезать тонкими ломтиками. Положить грибы в бульон и варить на медленном огне в течение 3-5 минут.

После этого увеличить огонь, влить яйцо, снять суп с огня и, помешивая, всыпать мелко нарубленную зелень кинзы, накрыть кастрюлю крышкой и все прокипятить 1-2 минуты.

Суп подавать к столу сразу после приготовления.

Прозрачный куриный суп с грибами

500 г бульона, 3 яйца, 10 г десертного вина, 100 г куриного мяса, 50 г сушеных грибов, несколько ломтиков лимона, соль по вкусу.

Разбить яйца, не взбивая, смешать с бульоном, посолить и затем процедить через сложенную в два слоя марлю или мелкое сито.

Мясо курицы нарезать маленькими кусочками, посолить, добавить вино.

Грибы размочить, почистить, промыть и нарезать тонкими ломтиками. Подготовленные таким образом ингредиенты положить на дно кастрюли и залить бульоном. Варить суп на паровой бане в течение 15-20 минут.

Готовый суп разлить по порционным тарелкам и подать к столу, украсив тонко нарезанными ломтиками лимона.

Суп с креветками, грибами и мясом курицы

500 г бульона, 200 г креветок, 200 г куриного мяса, 200 г свежих грибов, 2 яйца, соль по вкусу, зелень укропа и эстрагона.

Бульон смешать с солью и предварительно взбитыми яйцами, все процедить. Куриное мясо и грибы нарезать небольшими кусочками. Креветки разделать и разложить по четырем глиняным горшочкам. Туда же положить нарезанные грибы и мясо курицы. Все перемешать и залить процеженной жидкостью.

Горшочки накрыть крышкой и поставить на паровую баню. Суп варить в течение 2 минут на сильном огне, а затем еще 15 минут на слабом. К столу подавать в горшочках, украсив мелко нарубленной зеленью укропа и эстрагона.

Суп с грибами и вином

300 г бульона, 150 г куриного мяса, 10 г десертного вина, 3 яйца, 200 г сушеных грибов, соль по вкусу, зелень укропа.

Яйца слегка взбить и смешать с приготовленным бульоном, добавить соль, после чего процедить через сложенную в два слоя марлю.

Куриное мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, влить вино. Грибы залить водой и оставить на некоторое время для размачивания, затем очистить и нарезать кусочками.

Все подготовленные ингредиенты положить на дно небольших горшочков, залить содержимое приготовленным ранее бульоном, поставить горшочки на паровую баню. Суп варить в течение нескольких минут на среднем огне. К столу подавать горячим, украсив веточками укропа.

Суп из свинины со стручками гороха

600 г бульона, 50 г нежирной свинины, 50 г моркови, 10 г ростков бамбука, 30 г стручков свежего гороха, черный молотый перец и соль по вкусу.

Бульон поставить на огонь и подогреть, после чего добавить соль и молотый перец. Свинину нарезать тонкими ломтиками, положить в бульон и варить до готовности.

Предварительно очищенную и хорошо промытую свежую

морковь и ростки бамбука нарезать тонкой соломкой и положить в кипящий бульон. Варить суп на сильном огне до полной готовности овощей, периодически снимая пену. Стручки зеленого гороха положить в кипящую воду и варить в течение 3-5 минут, после чего откинуть на сито или дуршлаг и промыть. Просушить стручки салфеткой или полотенцем, разрезать на половинки и положить в бульон.

К столу суп подавать горячим.

Куриный суп с паприкой

2 куриные грудки с косточками, 10 г водки, 1 маленький стручок жгучего красного перца, 100 г японской редьки дайкон, 100 г моркови, 1 л воды, 1 корень конняку, 15 г темного мисо (масса, приготовленная из бобов сои), 5 г десертного вина.

Каждую куриную грудку разрезать пополам, залить водой, поставить на огонь и кипятить в течение 30-40 секунд. Мясо вынуть из бульона, обсушить салфеткой или полотенцем, сбрызнуть водкой и оставить на несколько минут.

Красный перец разрезать пополам, положить в кипящую воду и варить в течение 5 минут, после чего промыть и обсушить салфеткой.

Дайкон и свежую морковь очистить и хорошо промыть, затем нарезать тонкой соломкой. Корень конняку очистить, нарезать мелкими кубиками, положить в кипящую воду и варить в течение минуты.

В чистую кастрюлю переложить сваренные куриные грудки, красный перец, дайкон, конняку и морковь. Все залить водой и поставить посуду на плиту, довести до кипения на сильном огне и варить на медленном огне в течение 15 минут.

В мисо влить горячий куриный бульон, перелить полученную массу в кастрюлю с супом, кипятить еще 8 минут на медленном огне, добавить вино и вновь довести до кипения.

Готовый суп разлить по тарелкам и подать к столу горячим.

Суп с моти

200 г куриной грудки, 5 г водки, 3 моти (пирожки,

приготовленные из рисовой муки), 700 г куриного бульона, 200 г свежих грибов, 50 г моркови, 30 г стручков свежего гороха, соль по вкусу, зелень укропа.

Куриную грудку тщательно промыть, слегка сбрызнуть водкой, натереть солью и обжарить на сковороде или гриле. Моти целиком жарить в гриле до образования румяной корочки, периодически переворачивая.

Куриный бульон поставить на огонь и разогреть, положить куриную грудку.

Свежие грибы очистить, промыть и разрезать на половинки, положить в бульон. Свежую морковь очистить, промыть, нарезать звездочками, положить в кастрюлю с кипящей водой и варить на слабом огне в течение 3 минут.

Горох очистить, промыть проточной водой, положить в кипящую воду и проварить 1 минуту, после чего обсушить салфеткой.

Обжаренные моти положить в тарелки, туда же налить готовый суп, положить куриное мясо, кусочки грибов, морковные звездочки, горох, зелень укропа и сразу подать к столу.

Суп с морепродуктами и моти

600 г бульона, 20 г сушеных грибов, 300 г теплой кипяченой воды, 200 г воды для замачивания грибов, 100 г креветок, несколько листьев свежего шпината, кожура половины лимона, 4 моти, 30 г соевого масла, соль по вкусу.

Грибы залить водой и вымачивать в течение 20-30 минут, после чего очистить, промыть, обсушить салфеткой или полотенцем, нарезать тонкими пластинками и обжарить на сковороде в небольшом количестве соевого масла. Жареные грибы переложить в кастрюлю, залить оставшейся после вымачивания водой, добавить бульон, соль и варить на медленном огне в течение 15-20 минут.

Креветки очистить, переложить в кипящую воду и варить в течение 2-3 минут, затем откинуть на дуршлаг или сито и дать стечь воде.

Листья шпината перебрать, вымыть и варить в течение 30-40 секунд, откинуть на дуршлаг, промыть проточной водой и обсушить салфеткой или полотенцем.

Моти залить водой и оставить на 5 минут, после чего поставить на огонь, варить в течение минуты и разложить по

порционным тарелкам. Туда же положить целые креветки, припущенные листья шпината, половинки обжаренных грибов и цедру лимона.

Продукты залить бульоном и подать суп к столу, украсив нарезанной тонкой полоской кожурой лимона.

Суп с моти и зеленью

700 г бульона, 4 моти, 100 г дайкона (японская редька), 50 г моркови, 30 г отварных ростков бамбука, 20-25 г светлого мисо (масса, приготовленная из бобов сои), 50 г съедобной хризантемы или 10 г зелени одуванчика, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Бульон поставить на огонь и довести до кипения.

Свежую морковь очистить, промыть и нарезать соломкой. Дайкон очистить и нарезать гребешками.

Овощи положить в кипящий бульон, посолить, поперчить и варить в течение 10 минут.

Мисо разбавить теплым бульоном и хорошо размешать до получения пастообразной массы однородной консистенции. Листья хризантемы или одуванчика опустить в кипящую воду и варить в течение нескольких секунд, после чего откинуть на дуршлаг или сито, промыть проточной водой и обсушить салфеткой или полотенцем.

Моти залить кипяченой водой и оставить на 5 минут, затем положить в кипящую воду и варить до размягчения. Готовые моти разложить по порционным тарелкам, туда же положить редьку, морковь и бамбук, залить все горячим бульоном.

К столу суп подавать горячим, украсив веточками укропа.

Суп с креветками и молотым перцем

600 г бульона, 200 г креветок, 5 г водки, веточки кориандра, кожура половины лимона, 3 г черного молотого перца, соль по вкусу.

Креветки очистить, слегка сбрызнуть водкой, переложить в кастрюлю и варить в течение минуты, после чего откинуть на дуршлаг или сито и дать стечь воде.

В каждую порционную тарелку положить по две предварительно свернутые колечками креветки.

Зелень кориандра положить в подсоленную кипящую воду на несколько секунд, после этого вынуть и переложить в посуду с холодной водой, затем обсушить салфеткой или полотенцем, соединить по 2-3 веточки и выложить на креветки.

Бульон посолить, посыпать перцем, довести до кипения и осторожно перемешать.

Из кожуры лимона вырезать цветочки, промыть их проточной водой, обсушить салфеткой, положить в порционные тарелки и залить все разогретым бульоном.

К столу суп подавать сразу после приготовления.

Рисовый суп с имбирем

600 г бульона, сваренного из морской капусты или мяса курицы, 400 г отварного риса, 200 г куриной грудки, 50 г свежих грибов, несколько зеленых листьев шпината, 1 яйцо, 5 г сока имбиря, соль и молотый перец по вкусу.

Бульон поставить на огонь, разогреть, посолить и посыпать перцем.

Куриную грудку отварить в кипящей воде. Свежие грибы очистить, тщательно промыть, обсушить и нарезать тонкой соломкой, после чего положить в бульон и отварить до готовности. Рис перебрать, промыть проточной водой и положить в кастрюлю с бульоном и грибами.

Листья шпината промыть проточной водой, обсушить салфеткой или полотенцем, опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение минуты, затем вынуть, откинуть на дуршлаг или сито, промыть, дать стечь воде, обсушить, нарезать тонкими полосками и переложить в суп. Бульон с продуктами довести до кипения на сильном огне, добавить яйцо и вновь довести до кипения.

Кастрюлю с готовым супом плотно закрыть крышкой и оставить на 30 секунд, после чего разлить по порционным тарелкам и подать к столу, добавив сок имбиря.

Суп-пюре с морковью и луком

1 л бульона, 10 г соевого масла, 150 г репчатого лука, 250 г моркови, 70 г плавленого сыра, соль и молотый перец по вкусу, зелень петрушки.

Соевое масло вылить на сковороду и довести до кипения, положить мелко нарезанный лук и обжарить его до золотистого цвета, после чего добавить натертую морковь и вновь все обжарить.

Морковь и лук переложить в кастрюлю с бульоном, довести все до кипения на сильном огне, затем убавить огонь и проварить суп на медленном огне. После этого положить плавленый сыр и растереть суп до получения массы сметанообразной консистенции, посолить, посыпать перцем.

К столу готовый суп подавать, украсив зеленью петрушки.

Грибной суп с мисо

600 г бульона, 150 г свежих грибов, 20 г темного мисо, 70 г тофу, веточки кориандра, соль и молотый перец по вкусу.

Грибы очистить, тщательно промыть, выложить в кипящую воду и варить в течение минуты, после чего откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и обсушить салфеткой или полотенцем. В бульон добавить соль и молотый перец. Поставить на огонь и довести до кипения, затем положить мелко нарезанные грибы и кипятить в течение 2-3 минут.

Мисо разбавить бульоном, все перемешать до получения массы сметанообразной консистенции, перелить в кастрюлю с кипящим бульоном, размешать, довести до кипения, положить нарезанный мелкими квадратиками тофу.

Зелень кориандра промыть проточной водой, откинуть на дуршлаг и обсушить салфеткой или полотенцем, после чего нарезать и положить в суп.

Готовый суп снять с огня, плотно закрыть крышкой, дать отстояться в течение 30 секунд и подать к столу, налив в порционные тарелки.

Суп с репой и мисо

600 г бульона, 300 г белой репы с зеленью, 15 г мисо, молотый перец и соль по вкусу.

Бульон поставить на огонь, добавить соль, молотый перец и довести до кипения.

Репу очистить от кожицы, разрезать каждую пополам, положить в кипящий бульон и варить в течение 5 минут на медленном огне. Мисо разбавить небольшим количеством теплого бульона, все перемешать до получения массы однородной сметанообразной консистенции. Мисо перелить в кастрюлю с бульоном, перемешать и довести до кипения.

Зелень перебрать, промыть проточной водой, положить на минуту в кипящую воду, после чего вынуть, откинуть на дуршлаг, снова промыть проточной водой, обсушить салфеткой, нарезать и положить в суп.

Суп довести до кипения, снять с огня, разлить по порционным тарелкам и подать к столу.

Суп с водорослями

1 л бульона, 100 г сушеных водорослей вакамэ, 25-30 г светлого мисо, 150 г тофу, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Водоросли залить водой и оставить на 20-30 минут для разбухания, после чего промыть проточной водой, обсушить салфеткой или полотенцем, нарезать соломкой, удалив прожилки, и положить в разогретый бульон с добавлением соли и молотого перца, варить в течение 2-3 минут на медленном огне.

Мисо разбавить небольшим количеством теплого бульона, все размешать до получения сметанообразной массы. Полученную смесь перелить в кипящий бульон, добавить нарезанный мелкими кубиками тофу, все перемешать и варить в течение минуты на слабом огне.

К столу готовый суп подать, украсив мелко нарубленной зеленью укропа.

Суп с зеленым луком и водорослями

700 г бульона, 30 г светлого или темного мисо, 10 г сушеных

водорослей вакамэ, зеленый лук, соль и молотый перец по вкусу.

Сушеные водоросли залить кипяченой водой и оставить для разбухания на 20-30 минут, затем промыть, обсушить салфеткой.

Бульон поставить на огонь, добавить соль и молотый перец, довести до кипения и положить подготовленные водоросли. Зеленый лук мелко нарезать и добавить в бульон.

Мисо разбавить теплым бульоном и перемешать до получения массы однородной консистенции, перелить в суп. Довести суп до кипения на сильном огне, после чего снять кастрюлю с плиты, посыпать нашинкованным зеленым луком, разлить по порционным тарелкам и сразу подать к столу.

Суп с редькой и абураагэ

700 г бульона, 30 г светлого или темного мисо, 3 кусочка абураагэ (сильно обжаренный тофу), 200 г дайкона (японская редька), соль по вкусу.

Абураагэ положить в кипящую воду и варить в течение минуты для того, чтобы удалить лишний жир.

В кипящий, слегка подсоленный бульон положить предварительно нарезанный мелкими кусочками дайкон и сваренный абураагэ и варить в течение 3-5 минут.

Мисо залить небольшим количеством бульона, растереть и вымешать до получения сметанообразной массы однородной консистенции, после чего перелить в бульон, посолить и перемешать.

Готовый суп довести до кипения, разлить по тарелкам и подать к столу.

Грибной суп со шпинатом

600 г бульона, 30 г светлого или темного мисо, 200 г картофеля, несколько листьев отварного шпината, соль по вкусу.

Бульон поставить на огонь и довести до кипения, после чего добавить соль и предварительно смешанное с небольшим количеством бульона мисо.

Картофель очистить, мелко нарезать и положить в бульон. Туда же положить мелко нарубленный шпинат. Все перемешать и

довести до кипения, после чего разлить по порционным тарелкам.

К столу суп подавать горячим.

Суп с тофу и зеленым луком

600 г бульона, 25 г светлого или темного мисо, 150 г тофу, зеленый лук.

Бульон поставить на огонь и довести до кипения. Тофу нарезать мелкими кубиками, переложить в бульон.

Мисо разбавить небольшим количеством теплого бульона, все перемешать до получения однородной массы и перелить в бульон.

Не доводя до кипения, снять суп с огня, разлить по тарелкам и подать к столу, украсив мелко нарезанным зеленым луком.

Суп с моллюсками

600 г бульона, 200 г моллюсков, 70 г светлого мисо.

Моллюски залить водой и оставить для вымачивания на 5-6 часов, после чего почистить и тщательно промыть проточной водой.

Бульон поставить на огонь и довести до кипения, затем положить подготовленные моллюски и варить до тех пор, пока раковины не откроются. Моллюски вынуть, бульон процедить.

Мисо разбавить небольшим количеством теплого бульона и перемешать все до получения массы однородной консистенции, влить ее в бульон.

Не дав закипеть, снять суп с огня, разлить по тарелкам и подать к столу.

Куриный суп с омарами

700 г мяса курицы, 300 г омаров, 300 г цветной капусты, 100 г моркови, 10 г ракового масла, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 10 стеблей спаржи, 20 г топленого масла, 5 г муки,

зелень укропа и петрушки, четверть лимона, соль по вкусу.

Курицу разрезать на куски, положить в кастрюлю и залить холодной водой, поставить на огонь, довести до кипения, вынуть мясо и промыть его проточной водой.

Бульон процедить и залить им сваренную курицу, затем посолить, положить коренья и варить курицу до мягкости. Добавить лимонную цедру и лимонный сок, топленое масло, зелень петрушки и укропа.

Готовое мясо вынуть из бульона, часть которого (примерно 3 стакана) перелить в отдельную посуду.

Муку растереть с раковым маслом и добавить в порцию бульона. Отварить цветную капусту, отдельно сварить омаров.

Положить все в приготовленный бульон, добавить спаржу, вскипятить и залить полученной смесью курицу.

К столу суп подавать сразу после приготовления, посыпав рубленой зеленью.

Куриный бульон с петрушкой и черным перцем

500 г куриного мяса, 200 г моркови, 1 луковица, 1,5 л воды, зелень петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.

Мясо промыть, нарезать кусками, переложить в кастрюлю и залить холодной водой. Посуду поставить на огонь, довести до кипения, убавить огонь и варить в течение примерно 25-30 минут, при необходимости время от времени снимая пену. Затем добавить морковь и лук, посолить, поперчить и варить еще 15-20 минут.

К столу суп подавать сразу после приготовления, посыпав рубленой зеленью петрушки.

Суп из мяса курицы с сельдереем и пряностями

500 г куриного мяса, 100 г моркови, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 50 г лапши, 1 л воды, 1 лавровый лист, черный молотый перец, имбирь, гвоздика и соль по вкусу, рубленая зелень укропа.

Мясо вымыть, разрезать на небольшие кусочки и положить в кастрюлю. Добавить мелко нарезанные морковь, лук, сельдерей и пряности, посолить. Долить воду, закрыть кастрюлю крышкой и

варить 20-25 минут, после чего всыпать лапшу и варить суп до готовности.

Куриный суп можно подать к столу как в горячем, так и в холодном виде, посыпав зеленью укропа.

Куриный суп с рисом и сельдереем

400 г мяса курицы, 50 г риса, 1 луковица, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 л воды, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Морковь, лук, корень сельдерея нарезать тонкими кружочками, положить в кастрюлю и прогревать в микроволновой печи в течение 3 минут на максимальной мощности. В другую кастрюлю положить нарезанное небольшими кусочками мясо, долить воду, посолить, поперчить и варить в микроволновой печи в течение 5-7 минут, на плите – 20 минут.

В готовый бульон положить замоченный рис и овощи и варить суп еще 5 минут на максимальной мощности, а затем 10 минут на средней мощности или на плите в течение 15 минут (до разваривания риса).

К столу суп подавать сразу после приготовления, посыпав рубленой зеленью укропа.

Куриный суп с цветной капустой

500 г мяса курицы, 1 л воды, 200 г консервированного зеленого горошка, 100 г моркови, 4 соцветия цветной капусты, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Курицу тщательно промыть, разрубить на небольшие кусочки, залить холодной водой и проварить на слабом огне, периодически снимая пену, посолить, поперчить.

Морковь очистить, вымыть и нарезать мелкими кубиками, положить в кастрюлю. Спустя 5 минут добавить мелко нарезанную цветную капусту. Незадолго до полной готовности опустить в суп зеленый горошек.

Суп подавать к столу горячим, посыпав мелко нарубленной зеленью петрушки.

Фасолевый суп с мясом утки и шампиньонами

500 г мяса утки, 200 г фасоли, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 100 г сушеных грибов, несколько горошин душистого перца, 100 г сметаны, 10 г лимонного сока, 1 л воды, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Подготовленную тушку утки положить в кастрюлю с водой, добавить мелко нарезанные коренья, сушеные грибы, душистый перец, промытую и предварительно вымоченную в холодной воде в течение нескольких часов фасоль, посолить, поперчить и варить до готовности продуктов.

Затем влить сметану и вновь прокипятить. Для придания кислого вкуса добавить в суп лимонный сок, перед подачей к столу посыпать зеленью укропа.

Суп с мясом индейки и грибами

400 г индюшачьих грудок без кожи и костей, 300 г грибов, 600 г куриного бульона, 200 г воды, 3 зубчика чеснока, 1 луковица, 100 г моркови, 10 г растительного (оливкового, подсолнечного или соевого) масла, 20 г сливочного масла, 100 г риса, 30 г муки, 200 г молока, черный молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Поставить кастрюлю с разбавленным водой бульоном на огонь. В то время пока жидкость разогревается, разрезать индейку на 8 одинаковых по размеру кусков. Когда бульон закипит, положить в кастрюлю мясо индейки и перец, уменьшить огонь, накрыть кастрюлю крышкой и варить еще в течение 15-20 минут. После этого вареную индейку положить на тарелку и накрыть крышкой.

В то время пока варится мясо индейки, измельчить чеснок и нарезать репчатый лук, очищенные и промытые морковь и грибы.

В чистой кастрюле на среднем огне разогреть растительное масло: оно должно быть горячим, но не дымиться. Добавить лук и чеснок и все пассеровать в течение 3 минут до тех пор, пока лук не станет мягким, после чего положить еще небольшое количество сливочного масла, предварительно перебранный и промытый проточной водой рис, морковь и грибы. Все тушить, периодически помешивая, 3-5 минут, добавить просеянную муку и обжаривать смесь, пока мука не разойдется.

Влить в обжаренную смесь бульон и довести полученную

массу до кипения, после чего убавить огонь и варить суп, накрыв крышкой, в течение 15-20 минут, до разваривания риса. Затем влить молоко, проварить суп еще в течение 2-3 минут и подать к столу, положив нарезанную мелкими кусочками индейку и присыпав мелко рубленной зеленью укропа.

Уха «Ассорти»

500 г свежей мелкой рыбы, 500 г свежей крупной рыбы, 1 л воды, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, несколько горошин черного перца, 1 лавровый лист, 10 г лимонного сока, соль по вкусу, зелень укропа.

Мелкую рыбу промыть, сложить в кастрюлю, добавить очищенный, промытый и разрезанный на половинки репчатый лук, корни петрушки и сельдерея, лимон или лимонный сок, соль, пряности и варить рыбу в течение 1 часа, до тех пор пока она полностью не разварится.

Крупную рыбу очистить, выпотрошить, промыть, снять кожицу и удалить кости, после чего нарезать порционными кусками.

Уху процедить, поставить на огонь, довести до кипения, затем опустить в нее подготовленные ранее куски крупной рыбы и варить в течение 15-20 минут.

К столу уху подавать горячей, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Уха с сельдереем

500 г свежей мелкой рыбы, 300 г свежей крупной рыбы, 1 л воды, 2 луковицы, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, несколько горошин черного перца, 10 г сливочного масла, зелень петрушки, соль.

Мелкую рыбу выпотрошить, промыть и, не очищая от чешуи, сложить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до тех пор, пока рыба не разварится.

Репчатый лук очистить и нарезать мелкими кубиками, корни петрушки и сельдерея очистить, тщательно промыть и нарезать тонкими кружочками.

Сваренный бульон процедить, добавить лук, коренья, лавровый лист, перец, после чего довести все до кипения и варить в течение 15 минут. Затем добавить куски крупной рыбы и варить уху до готовности, время от времени снимая пену.

В готовый бульон положить сливочное масло и мелко нарубленную зелень петрушки, после чего подать уху к столу.

Уха из стерляди с лимоном

300 г стерляди, 300 г мелкой рыбы, 1 л воды, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, несколько горошин черного перца, 30 г лимонного сока, зелень петрушки, 1 луковица, 1 лавровый лист, соль по вкусу.

Свежую мелкую рыбу выпотрошить, несколько раз промыть в холодной воде, переложить в кастрюлю или котелок, посолить, добавить очищенный и разрезанный на половинки лук, измельченные корни петрушки и сельдерея, перец, лавровый лист, лимонный сок и варить бульон до тех пор, пока рыба полностью не разварится. Бульон процедить через чистую ткань.

Стерлядь очистить, выпотрошить, тщательно промыть и нарезать порционными кусками. Опустить куски стерляди в бульон, довести до кипения, снять пену и варить все до готовности около 20 минут.

В готовую уху положить мелко нарезанную зелень петрушки и подать блюдо к столу.

Уха из мелкой рыбы с картофелем

500 г свежей мелкой рыбы, 1 л воды, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 лавровый лист, несколько горошин черного перца, 300 г картофеля, зелень укропа, соль по вкусу.

Мелкую рыбу выпотрошить, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить очищенный, промытый и разрезанный на половинки лук, корень петрушки, соль, пряности и сварить бульон.

Картофель очистить и нарезать небольшими кубиками. Бульон процедить, добавить картофель и варить все до готовности. В готовую уху добавить мелко нарезанную зелень и

подать блюдо к столу.

Уха с овощами

600 г рыбы, 1 л воды, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 500 г картофеля, 500 г помидоров, 20 г сливочного масла, 1 лавровый лист, несколько горошин перца, соль по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, нарезать порционными кусками, посолить и поставить в холодное место.

Картофель очистить, промыть и нарезать мелкими кусочками. Репчатый лук очистить и нарезать кубиками, помидоры – маленькими ломтиками.

Из рыбьих голов и плавников сварить бульон, процедить его, вновь довести до кипения, добавить картофель, репчатый лук, корни петрушки и сельдерея и варить все в течение 15 минут, затем добавить куски рыбы, пряности, помидоры и варить еще 15-20 минут.

Готовый бульон заправить сливочным маслом, добавить мелко нарезанную зелень петрушки и укропа и подать блюдо к столу.

Уха с грибами

500 г морской рыбы, 300 г свежих белых грибов, 1 л воды, 1 луковица, 20 г сливочного масла, 20 г муки, 20 г квашеной капусты, 200 г соленых огурцов, 50 г огуречного рассола, 1 лавровый лист, несколько горошин черного перца, зелень петрушки и укропа.

Грибы очистить, тщательно промыть и нарезать маленькими ломтиками. Репчатый лук очистить, нарезать тонкими колечками, после чего обжарить в масле, слегка присыпав мукой. Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и нарезать кусками. Огурцы нарезать кусочками.

Выложить в кастрюлю нарезанные грибы, лук, нашинкованную капусту, огурцы, пряности, залить все водой и варить в течение 20-25 минут. Добавить подготовленную рыбу и варить еще 10-15 минут, затем влить огуречный рассол, положить

мелко нарезанную зелень петрушки и варить 3-4 минуты.

К столу уху подавать сразу после приготовления.

Уха с чесноком

500 г рыбы, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, несколько горошин черного перца, 1 лавровый лист, 1 л воды, 1 луковица, 10 г муки, 10 г растительного масла, 2 зубчика чеснока, 20 г томатного соуса или 500 г свежих помидоров, соль по вкусу, зелень укропа и сельдерея.

Из корней петрушки и сельдерея, пряностей и воды приготовить бульон и процедить его.

Рыбу очистить, выпотрошить, тщательно промыть, разрезать на порционные куски и варить в бульоне в течение 15 минут, периодически снимая пену.

Репчатый лук очистить и нарезать тонкими кольцами, после чего обжарить в растительном масле, добавить муку, закрыть крышкой и потушить до мягкости, затем выложить лук в уху, добавить очищенный и мелко нарезанный чеснок, томатный соус или помидоры, нарезанные ломтиками, соль и варить все еще 10 минут.

Перед подачей к столу добавить в уху мелко нарезанную зелень укропа и сельдерея.

Уха из камбалы с картофелем

500 г камбалы, 500 г картофеля, 1 луковица, 2 корня сельдерея, 20 г сливочного масла, соль по вкусу, 5 г лимонного сока, 1 л воды, черный молотый перец.

Камбалу очистить, выпотрошить, промыть и нарезать порционными кусками. Из головы, хвоста, кожи, костей и плавников сварить бульон и затем процедить его.

Филе камбалы посыпать перцем, посолить, положить в кастрюлю. Добавить очищенный и мелко нарезанный лук, картофель, нарезанный соломкой, и корни сельдерея, влить 2 стакана рыбного бульона, накрыть кастрюлю крышкой и варить при слабом кипении до полной готовности продуктов.

Готовую уху заправить сливочным маслом и лимонным соком

и подать к столу горячей.

Уха из окуня с сельдереем

500 г морского окуня, 1 луковица, 1 лавровый лист, 1 корень сельдерея, 10 г сливочного масла, зелень петрушки, укропа и сельдерея, 1 л воды, соль и молотый перец по вкусу.

Очищенного, выпотрошенного и промытого окуня положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения.

Затем снять пену, добавить мелко нарезанные лук и петрушку, измельченный корень сельдерея, перец, лавровый лист, соль и варить в течение 30 минут.

Перед подачей к столу уху заправить сливочным маслом и добавить мелко нарубленную зелень укропа, петрушки или сельдерея.

Гороховый суп с ветчиной и овощами

200 г ветчины, 200 г консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 700 г мясного бульона, 10 г сливочного масла, соль и перец по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Лук нарезать кубиками, выложить в кастрюлю, добавить сливочное масло и тушить в течение 3-5 минут. Затем влить в кастрюлю бульон, положить горошек, посолить, добавить перец и варить на сильном огне.

Как только бульон закипит, добавить нарезанную небольшими кубиками ветчину, накрыть кастрюлю крышкой, убавить огонь и варить еще 15-20 минут.

Перед подачей к столу добавить в суп мелко нарезанную зелень петрушки и укропа.

Суп с говядиной, картофелем и сельдереем

300 г картофеля, 200 г зеленого горошка, 1 луковица, 500 г отварной говядины, 1 л мясного бульона, 200 г воды, 1 корень

сельдерея, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Картофель и лук нарезать мелкими кубиками и положить в емкость с водой, добавить зеленый горошек. Поставить кастрюлю с овощами на огонь и варить в течение 15 минут, периодически вливая небольшими порциями мясной бульон.

Затем добавить нарезанную небольшими кусочками говядину, суп поперчить, посолить, добавить измельченный корень сельдерея, накрыть кастрюлю крышкой и варить до полной готовности продуктов.

Суп подавать к столу сразу после приготовления, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Суп-пюре из картофеля с ростками бамбука

400 г картофеля, 200 г свежего зеленого горошка, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 10 г сливочного масла, 500 г мясного бульона, 20 г сливок, 1 яичный желток, 100 г ростков бамбука, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Лук, чеснок и корень сельдерея измельчить, переложить в кастрюлю, залить растопленным маслом и прогревать на сильном огне в течение 5 минут.

После этого добавить нарезанный мелкими кубиками картофель, зеленый горошек, мелко нарезанные ростки бамбука, влить бульон, посолить, поперчить и, постоянно помешивая, довести до кипения. Суп следует варить до готовности картофеля, затем слить бульон в отдельную емкость, овощи размять в пюре и смешать его со сливками и яичным желтком.

Залить пюре бульоном и прогревать на слабом огне, не доводя до кипения, в течение 3-5 минут.

К столу суп-пюре подавать сразу после приготовления, посыпав мелко нарезанной зеленью укропа.

Суп с мясом молодых бычков и фасолью

500 г мяса молодых бычков, 2 л воды, 200 г фасоли, 300 г картофеля, 100 г моркови, 1 луковица, 20 г растительного масла, 1 зубчик чеснока, соль и молотый перец по вкусу, 1 лавровый лист, зелень укропа и базилика.

Фасоль залить холодной водой и оставить на 2-3 часа. Затем воду слить, поместить фасоль в кастрюлю, проварить немного и слить отвар. Вновь залить фасоль водой и поставить на огонь.

Мясо тщательно промыть, нарезать небольшими кусочками и положить в кастрюлю с фасолью.

Как только бульон закипит, снять пену, убавить огонь и варить мясо и фасоль до полуготовности. Добавить очищенный и нарезанный кубиками картофель, посолить.

Морковь очистить, промыть и нарезать тонкой соломкой, лук измельчить, соединить с морковью и обжарить на растительном масле. Переложить овощи в кипящий суп, добавить лавровый лист, молотый перец, измельченный чеснок и посыпать рубленой зеленью.

Как только суп будет готов, снять кастрюлю с огня, разлить ее содержимое по тарелкам и подать к столу.

Суп с фрикадельками из говядины

300 г жирной говядины, 1 луковица, 1 яйцо, 10 г сливочного масла, 1,5 л мясного бульона, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Мясо нарезать небольшими кусками и вместе с луком пропустить через мясорубку. Добавить яйцо и масло, посолить, поперчить и осторожно перемешать. Из готового фарша сделать небольшие фрикадельки.

Бульон перелить в кастрюлю и поставить на огонь. Как только он закипит, опустить в него приготовленные фрикадельки и варить суп в течение 10-15 минут.

Готовый суп подавать к столу сразу после приготовления, посыпав мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

Суп из баранины с ростками бамбука и сои

300 г баранины, 1 яйцо, 200 г картофеля, 100 г ростков бамбука, 200 г ростков сои, 1 луковица, 100 г моркови, 1 зубчик чеснока, 5 г лимонного сока, 1,5 л воды, 1 лавровый лист, красный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Мясо нарезать маленькими кусочками, положить его в

кастрюлю, залить водой и поставить на огонь. Когда вода закипит, снять пену и опустить в бульон нарезанные мелкими кубиками картофель, лук, морковь, ростки бамбука и сои, а также предварительно измельченный чеснок. За несколько минут до готовности добавить в суп лавровый лист, соль и молотый перец.

Яйцо взбить с лимонным соком, добавить эту массу в бульон и все хорошо размешать. Вылить полученную смесь в суп и сразу же подать его к столу, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Суп с овощами и пряностями

100 г моркови, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 300 г картофеля, 1 л воды, 10 г сливочного масла, 10 г муки, мускатный орех, гвоздика и соль по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Овощи тщательно промыть, очистить, мелко нарезать и положить в кастрюлю с водой. Добавить корни петрушки и сельдерея, сливочное масло, пряности, все посолить, накрыть кастрюлю крышкой и поставить на огонь.

Как только суп закипит, ввести в него разведенную водой муку и варить еще в течение 10 минут, затем добавить масло и прокипятить.

Горячий суп разлить по тарелкам, посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа и подать к столу.

Суп с луком и ростками бамбука

3 луковицы, 10 г сливочного масла, 70 г сыра твердых сортов, 4 ломтика хлеба, 500 г воды, 100 г ростков бамбука.

Лук очистить, нарезать тонкими кольцами и положить в кастрюлю. Добавить сливочное масло и тушить лук до тех пор, пока он не станет мягким.

Затем влить в луковую массу воду, положить ростки бамбука, накрыть кастрюлю крышкой и прогревать суп на слабом огне в течение 5-7 минут. Хлеб нарезать небольшими кусочками, посыпать каждый из них натертым на мелкой терке сыром и поместить на 5 минут в духовку.

Полученные гренки выложить в порционные тарелки, разлить суп и сразу подать к столу.

Суп овощной с ростками сои

100 г помидоров, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 100 г ростков сои, 20 г сливочного масла, 1 л воды, 4 ломтика ржаного хлеба, красный или черный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Помидоры, чеснок, лук, корни петрушки и сельдерея, ростки сои мелко нарубить, посолить, поперчить, положить в кастрюлю с растопленным маслом и тушить в течение 3 минут.

Затем залить содержимое кастрюли водой и прогревать еще в течение 5 минут. Готовый суп разлить по тарелкам, посыпать мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки и подать к столу горячим, с поджаренным в духовке ржаным хлебом.

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

Красиво оформленные горячие блюда признаны неотъемлемой составляющей любого приема пищи в Японии. Излюбленными продуктами японских поваров для приготовления горячих блюд являются особенным способом обработанные или

сырые морепродукты, рис и овощи, вкус которых мастера кулинарного искусства подчеркивают, добавляя к ним измельченные коренья, специи и пряные травы.

Ставрида с зеленью

300 г филе ставриды, 30 г тертого сыра, 1 мандарин, 10 г лимонного сока, 70 г сливочного масла, 50 г сметаны, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Предварительно промытую и высушенную салфеткой зелень укропа мелко нарубить и жарить в течение нескольких минут на сковороде с добавлением сливочного масла. Филе ставриды сбрызнуть небольшим количеством лимонного сока, посыпать перцем, посолить, переложить в сковороду с пассерованной зеленью.

Мандарин очистить от кожицы, разделить на дольки и разложить поверх кусков свежей рыбы. Все полить густой сметаной, посыпать натертым на мелкой терке сыром и поставить в духовку на 15-20 минут.

К столу ставриду с зеленью подать с отварным рисом.

Рыба в имбирном соусе

400 г свежей морской рыбы, 30 г маисовой муки, 15 г смальца, 1 яйцо.

Для приготовления заливки: 10 г соевого масла, 10 г имбиря, 3 г раствора уксусной кислоты, 5 г сахара, 5 г острого соевого соуса, 15 г маисового крахмала, 5 г коньяка.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть и нарезать тонкими полосами.

Яйцо хорошо взбить в пену, обмакнуть в него каждый кусочек рыбы и обвалять в предварительно просеянной через мелкое сито муке. Смалец разогреть на скороде и обжарить кусочки рыбы со всех сторон.

Приготовить имбирный соус. Для этого разогреть соевое масло и обжарить мелко нарубленный имбирь. Крахмал соединить с сахаром, соевым соусом, раствором уксуса и коньяком. Все тщательно перемешать и слегка взбить до

получения пастообразной смеси однородной консистенции.

После того как рыба поджарится со всех сторон, нужно уменьшить огонь, залить филе приготовленным имбирным соусом и тушить в нем рыбу в течение нескольких минут.

Рыбу выложить в небольшие мелкие миски и сразу подать к столу.

Клецки с отварной говядиной

300 г отварной говядины, 3 яйца, 5 г маисовой муки, 50 г панировочных сухарей, жир или сливочное масло, зелень укропа.

Отварную говядину нарезать мелкими кусочками.

Яйца хорошо взбить, смешать с мукой и панировочными сухарями. Все хорошо вымесить и из полученного теста сформовать клецки. Обжарить клецки в предварительно растопленном на сковороде жире или сливочном масле в течение нескольких минут.

К столу клецки подать с рисовым гарниром или зеленым салатом, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Судак под соевым соусом

500 г филе судака, 200 г панировочных сухарей, 2 яичных желтка, 20 г соевого соуса, 20 г сливочного или соевого масла, 10 г свежего имбиря, 100 г муки, 10 г концентрата вейдзин, 15 г кунжутного масла, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень базилика.

Смешать кунжутное масло, соевый соус, концентрат вейдзин и имбирь. Полученным маринадом залить нарезанную кусочками рыбу и оставить на 20-30 минут.

Слегка обсушить замаринованную рыбу, после чего посыпать солью и молотым перцем, обвалять в предварительно просеянной муке, взбитых яичных желтках и обвалять в панировочных сухарях.

Сливочное масло растопить, а соевое подогреть на сковороде и обжарить подготовленные куски рыбы.

К столу рыбу подавать, украсив веточками базилика.

Зашими из карпа

200 г карпа, 10 г соевого соуса, 5 г измельченного хрена васаби, зелень укропа.

Свежего карпа очистить от чешуи, выпотрошить и разделать на филе. Поместить его на 40-60 минут в морозильную камеру.

По истечении назначенного срока замороженные кусочки рыбы нарезать тонкими полосами и выложить их на плоское блюдо.

Рыбу сразу подать к столу после приготовления, отдельно подать чашку с соевым соусом с добавлением тертого хрена, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Капуста с мясом цыпленка

700 г филе цыпленка, 1 кочан пекинской капусты, 150 г репчатого лука, 200 г помидоров, 30 г куриного бульона, 20 г красного вина, 10 г соевого масла, 1 зубчик чеснока, 30 г соевого соуса, зелень петрушки, сахар, соль и черный молотый перец по вкусу.

Смешать красное вино, толченый чеснок, сахар, соль, молотый перец, куриный бульон и соевый соус.

Филе цыпленка нарезать узкими полосами, переложить в посуду и залить приготовленным ранее маринадом. Мясо оставить мариноваться в течение 2-3 часов.

В то время пока мясо вымачивается, можно приготовить пекинскую капусту. Кочан нужно разрезать пополам, вынуть кочерыжку и нашинковать листья. Опустить их в сито или дуршлаг и хорошо промыть проточной водой. Слегка просушить капусту салфеткой.

Репчатый лук очистить, нарезать тонкими кольцами.

Помидоры обдать крутым кипятком и удалить кожицу. Каждый помидор разрезать на 8 частей. Зелень петрушки промыть, обсушить салфеткой и измельчить.

На предварительно разогретом соевом масле обжарить мясо до полной готовности, добавить нарезанный лук, помидоры, приготовленный маринад, посолить и посыпать перцем. Накрыть посуду крышкой и тушить в течение 5 минут на медленном огне.

Готовое мясо выложить в глубокое блюдо, посыпать нарубленной зеленью петрушки и подать к столу с отварным

рисом.

Печень с мандаринами

300 г говяжьей печени, 200 г риса, 70 г свежего зеленого горошка, 500 г воды, 100 г свежих или консервированных мандаринов, 70 г соевого масла, 200 г острого соевого соуса, 10 г муки, красный молотый перец и соль по вкусу.

Говяжью печень очистить от пленок и желчных протоков, тщательно промыть, нарезать кусками и натереть каждый смесью, приготовленной из соли и молотого перца, после чего обвалять в муке и жарить в течение 5 минут со всех сторон на предварительно разогретом соевом масле.

Обжаренные куски печени сбрызнуть острым соевым соусом и поставить в теплое место.

К столу подавать с отварным рисом, смешанным с тушеным зеленым горошком и соевым соусом.

Переложить на тарелку куски жареной печени, рис, а поверх него разложить обжаренные ранее дольки мандарина.

Котлеты из филе морской рыбы

700 г филе морской рыбы, 10 г красного вина, 25 г кукурузной муки, 4 яйца, 100 г соевого масла, листья зеленого салата, сахар, соль и черный молотый перец по вкусу.

Свежую морскую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть и разделать на филе. Приготовленное филе дважды пропустить через мясорубку.

Сахар хорошо взбить с яичными белками до образования крепкой пены, добавить в полученную массу яичный желток, просеянную кукурузную муку, влить вино, посолить, посыпать перцем и все перемешать, после чего влить взбитые белки и положить рыбный фарш.

Полученную массу хорошо вымесить, взбить и вылить на предварительно раскаленное на сковороде соевое масло. Обжарить до образования корочки золотистого цвета.

Получившийся пирог разрезать на порционные куски и подавать к столу с рисом, украсив нарезанными листьями салата.

Баранина под соевым соусом

300 г баранины, белок 1 яйца, 1 луковица, 10 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 10 г крахмала, вода, 10 г соевого масла, 10 г рисовой водки, 100 г мясного бульона, 5 г концентрата вейдзин, зеленый лук.

Баранину нарезать небольшими тонкими ломтиками. Репчатый лук очистить и половину мелко нарезать. В слегка взбитый яичный белок влить воду, добавить крахмал и все тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции. Полученной смесью залить мясо.

Соевое масло разогреть на сковороде и обжарить в нем баранину с луковой заливкой. Обжаренное мясо выложить в приготовленные миски и в той же сковороде обжарить оставшийся лук, постепенно добавляя концентрат вейдзин, водку, кунжутное масло, бульон и соевый соус. Полученной массой полить жареные кусочки мяса, посыпать их нашинкованным зеленым луком.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Цыпленок, запеченный с грибами и горошком

1 кг мяса цыпленка, 250 г свежих грибов, 1 луковица, 70 г свежего зеленого горошка, 3 яйца, 30 г сливочного масла, 30 г десертного вина, соль и сахар по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Тушку цыпленка вымыть, снять кожу и удалить кости. Цыпленка положить в кастрюлю, залить водой и сварить густой бульон. Мясо нарезать маленькими кусочками и обжарить его на предварительно разогретом сливочном масле до образования золотистой корочки, добавить предварительно очищенные, промытые и нарезанные мелкими кусочками грибы, нашинкованный лук, промытый в проточной воде горошек, мелко нарубленную зелень укропа и петрушки, соль и сахар, все потушить до полной готовности. Перед окончанием тушения добавить слегка разогретое вино. Яйца взбить венчиком в пену, влить их в предварительно охлажденный до комнатной температуры бульон, положить тушеное мясо. Блюдо переложить

в порционные миски, поставить их в большой котел с водой и выпекать в духовке до загустения яичной массы.

Готовое блюдо подавать к столу сразу после приготовления, с гренками.

Темпура с морской рыбой

300 г филе морской рыбы, 3 г десертного вина, 70 г репчатого лука, белки 3 яиц, 30 г пшеничной муки, 10 г рисовой муки, 70 г болгарского перца, 1 корень сельдерея, 50 г соевого масла.

Для приготовления соуса: 70 г десертного вина, маринованный имбирь по вкусу, 30 г соевого соуса, 150 г воды, 1 редька, зелень укропа и петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, нарезать тонкими полосами толщиной около 2 см.

Смешать пшеничную и рисовую муку, вино, добавить яичный белок, смешанный с небольшим количеством кипяченой воды, выдержанной в холодильнике в течение 3 суток.

Репчатый лук очистить от чешуи, нарезать тонкими кольцами, перец тщательно промыть проточной водой и нарезать тонкой соломкой, корень сельдерея очистить, вымыть и нарезать мелкими кубиками. Кусочки рыбы и овощей обмакнуть в приготовленное ранее тесто и обжарить в соевом масле.

Для приготовления соуса имбирь нужно мелко нарубить и отварить в течение минуты с добавлением вина, мелко нарубленной зелени и соевого соуса сёю. Смесь слегка остудить и добавить натертую на мелкой терке редьку.

Соус разлить по тарелкам, отдельно подать в мисках кусочки рыбы и овощей.

Темпура с креветками и водорослями

100 г очищенных креветок с хвостиками, 50 г сушеных водорослей нори, 200 г морепродуктов (кальмары, морская рыба), 200 г смеси из измельченных овощей (корни лотоса, кабачки цуккини, красный и зеленый болгарский перец), 50 г соевого масла, 100 г капусты пакчой, 30 г соевого соуса, 30 г кунжутного семени.

Для теста: 1 яйцо, 200 г воды, 100 г пшеничной муки, 50 г

кукурузной муки, соль по вкусу.

Креветки тщательно промыть, обсушить полотенцем или салфеткой. Листья нори разрезать на несколько тонких полос, затем каждую обмотать вокруг хвостика креветки и закрепить, смочив водой.

Кальмары очистить, хорошо промыть и нарезать тонкими кольцами.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть и нарезать маленькими кусочками.

В предварительно разогретую сковороду налить соевое масло и обжарить в нем подготовленные кусочки морепродуктов, предварительно опущенные в тесто. Жарить нужно небольшими порциями в течение 2-3 минут, до появления хрустящей корочки. В том же масле спассеровать овощную смесь.

Для приготовления теста необходимо с помощью венчика взбить яйцо с холодной водой. Смесь остудить и поместить в морозилку на 15 минут. В отдельной миске смешать пшеничную и кукурузную муку с добавлением соли и охлажденной яичной смеси. Все перемешать так, чтобы полученная масса содержала маленькие комочки.

Готовые темпура обсушить бумажными салфетками, разложить на широком плоском блюде, выложенном листьями китайской капусты пакчой, и подать к столу, посыпав кунжутным семенем.

Отдельно подать вазочки с соевым соусом сёю и обжаренной овощной смесью.

Японские лепешки из морской рыбы

300 г филе морской рыбы, 10 г маисовой муки, 1 яйцо, 5 г соевого соуса, 10 г соевого масла, 10 г красного вина, сахар, соль, молотый перец по вкусу, 50 г жира или сливочного масла, зелень укропа и петрушки.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, разделать на филе, пропустить через мясорубку. В полученный рыбный фарш добавить просеянную маисовую муку, соль, молотый перец, соевый соус, слегка взбитый яичный желток, нашинкованную зелень и соевое масло. Все тщательно перемешать и залить красным вином.

В отдельной посуде взбить до образования крепкой пены яичный белок с сахаром и затем вылить яичную смесь в

приготовленное ранее тесто.

Все хорошо перемешать и сформовать лепешки толщиной не более 1-1,3 см. Жир или сливочное масло растопить на раскаленной сковороде и обжарить в нем лепешки до образования золотистой хрустящей корочки.

Готовые лепешки разрезать на куски и посыпать рубленой зеленью укропа и петрушки.

Яичные блинчики с креветочным фаршем

200 г креветок, 4 яйца, 150 г готового мясного бульона, 100 г репчатого лука, 30 г красного вина, 25 г крахмала, 200 г соевого масла, соль по вкусу.

Креветки очистить, тщательно промыть проточной водой и выложить на широкое плоское блюдо.

Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Посыпать рубленым луком креветки, затем сбрызнуть их красным вином, посолить и все хорошо перемешать.

Разогреть на предварительно раскаленной сковороде соевое масло. Каждое яйцо взбить добела венчиком, вылить по одному на сковороду в виде блинчиков.

Полученные блинчики нафаршировать подготовленными креветками и варить на сильном пару в течение 10-15 минут.

На чистую сковороду вылить готовый мясной бульон, постепенно маленькими порциями всыпать крахмал, посолить и довести до кипения. Полученным бульоном залить блинчики и подать блюдо к столу.

Камбала, жаренная с нашинкованной ветчиной

500 г камбалы, 80 г репчатого лука, 100 г пшеничной муки, 100 г ветчины, 5 г рисовой водки (саке), 2 яйца, 15 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 200 г соевого масла, 500 г готового мясного бульона, зелень укропа и кинзы, соль по вкусу.

Свежую камбалу очистить от чешуи, выпотрошить и нарезать порционными кусками, после чего каждый обвалять в предварительно просеянной через мелкое сито пшеничной муке.

Яйца взбить венчиком в пену. Репчатый лук и зелень укропа и

кинзы нашинковать. Подготовленные куски камбалы сначала обмакнуть во взбитые яйца, затем обжарить на хорошо разогретом соевом масле.

На чистой сковороде спассеровать нарезанную тонкими пластинами ветчину с добавлением нашинкованного репчатого лука, укропа, кинзы. После этого в полученную массу влить мясной бульон, водку, все посолить, перемешать, довести смесь до кипения и в завершение влить раствор уксусной кислоты. В полученный соус выложить куски рыбы, накрыть сковороду крышкой и тушить в течение 10 минут.

К столу блюдо подавать, разложив по маленьким мискам и украсив мелко нарубленной зеленью укропа и кинзы.

Рыба с чесноком и имбирем

500 г рыбы, 250 г свинины, 100 г соевого соуса, 100 г соевого масла, 100 г сушеных грибов, 100 г готового грибного бульона, 100 г репчатого лука, 3 г имбиря, 25 г красного вина, 4 зубчика чеснока, соль, сахар и уксус по вкусу, зелень укропа.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову и хвост и тщательно промыть проточной водой, после чего сделать на спине надрезы, залить соевым соусом, посыпать солью, мелко нарезанным репчатым луком и имбирем, накрыть все чистой салфеткой или полотенцем и оставить для пропитки на 30 минут.

Свинину хорошо промыть и нарезать небольшими кусками. Чеснок очистить, промыть и мелко нарубить. Сушеные грибы залить кипятком и оставить в теплом месте для размачивания на 40 минут, после чего переложить в кастрюлю с водой и варить в течение 10 минут.

В сковороду влить половину указанного количества соевого масла, раскалить его и обжарить подготовленную рыбу. На чистую сковороду вылить оставшееся масло и обжарить свинину с добавлением измельченного чеснока в течение 2 минут, после чего влить раствор уксуса, соевый соус, добавить сахар, красное вино, вареные грибы и грибной бульон и положить рыбу. Посуду накрыть крышкой и тушить продукты в течение 5 минут, переворачивая куски рыбы. К столу блюдо подавать, украсив веточками укропа.

Маринованный окунь

400 г морского окуня, 150 г репчатого лука, 30 г крахмала, 30 г соевого масла, 50 г красного вина, 5 г свежего имбиря, 150 г соевого соуса, 100 г воды, молотый черный перец и соль по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить и хорошо промыть, после чего отрезать голову и плавники. Для приготовления маринада нужно смешать имбирь, вино, соевый соус, добавить воду, молотый перец, соль и мелко нарезанный репчатый лук. Полученной смесью залить подготовленную рыбу и оставить на 30 минут. После этого половину маринада слить, а другую оставить и разбавить кипяченой водой. Рыбу переложить в смазанную маслом сковороду и затем поместить в предварительно разогретую духовку.

Готового окуня выложить на большое блюдо. Оставшийся маринад влить в чистую посуду, добавить заранее разведенный в холодной кипяченой воде крахмал и залить полученным соусом запеченную рыбу.

К столу блюдо подавать горячим.

Камбала, жаренная с помидорами, зеленью и специями

500 г камбалы, 50 г соевого масла, 200 г репчатого лука, 500 г свежих помидоров, зелень укропа и базилика, соль и черный молотый перец по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить и тщательно промыть проточной водой, после чего нарезать небольшими кусками, посолить и обжарить каждый с обеих сторон на предварительно разогретом соевом масле до образования румяной корочки.

Репчатый лук очистить, промыть и мелко нарезать. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нашинковать. Овощи переложить в чистую посуду и тушить до полуготовности. В завершение тушения выложить куски жареной рыбы, мелко нарубленную зелень базилика и укропа, влить небольшое количество воды, все посолить, посыпать перцем и тушить до готовности.

К столу жареную камбалу подавать, украсив веточками укропа.

Рыба, жаренная с помидорами

500 г рыбы, 400 г свежих помидоров, 300 г картофеля, 10 г смальца, 300 г репчатого лука, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой, нарезать порционными кусками и обжарить в смальце до образования хрустящей корочки золотистого цвета. В конце жаренья добавить нашинкованный лук, нарезанные мелкими кубиками картофель и предварительно очищенные от кожицы помидоры, все посолить и тушить на медленном огне до полной готовности.

За 5 минут до готовности рыбу посыпать рубленой зеленью и перцем. Готовые продукты выложить в блюдо с высокими стенками слоями в такой последовательности: рыба, помидоры, картофель.

К столу блюдо подать сразу после приготовления, украсив веточками укропа и петрушки.

Печень с рисом

400 г говяжьей печени, 250 г репчатого лука, 150 г моркови, 30 г соевого масла, 30 г пшеничной муки, 20 г молока, 1 яйцо, 10 г вязкой рисовой каши, 1,5 л воды, 2 кубика куриного бульона, соль и молотый перец по вкусу.

Печень очистить от пленок и желчных протоков, тщательно промыть и разрезать кусок вдоль пополам. С помощью острого ножа удалить часть мякоти из середины.

Морковь очистить, промыть и натереть на крупной терке. Репчатый лук очистить, вымыть, мелко нарезать и обжарить на предварительно разогретом соевом масле до золотистого цвета.

Рисовую кашу смешать с обжаренным луком, морковью и мелко нарезанной печенью, добавить просеянную муку, молоко и слегка взбитое яйцо, все перемешать, посолить, посыпать перцем и вновь перемешать. В проделанное в центре куска печени углубление выложить приготовленный фарш, соединить края куска и зафиксировать их нитками.

Воду смешать с бульонным концентратом, залить ею печень и тушить до полной готовности на медленном огне. Перед подачей к столу нарезать печень порционными кусками и залить соусом.

Помидоры, фаршированные печенью со сметаной

300 г свежих помидоров, 70 г густой сметаны, зелень укропа и петрушки.

Для приготовления начинки: 100 г говяжьей печени, 150 г репчатого лука, 70 г моркови, 30 г томатного соуса, соль и перец по вкусу.

Печень очистить от пленок и желчных протоков, хорошо промыть и нарезать небольшими кусками, после чего пропустить через мясорубку. Морковь очистить и промыть. Репчатый лук очистить и вымыть. Овощи пропустить через мясорубку, затем слегка спассеровать с добавлением томатного соуса. После этого жареные морковь и лук смешать с кусками печени, все посолить и посыпать перцем.

У промытых помидоров срезать верхушки, удалить мякоть и семена, нафаршировать помидоры приготовленной начинкой, залить сметаной и поместить в посуду с высокими стенками. Тушить помидоры до полной готовности.

К столу подавать, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Лепешка с начинкой из морской рыбы

Для приготовления теста: 100 г муки, 50 г воды.

Для приготовления начинки: 300 г морской рыбы, 150 г репчатого лука, 5 г сливочного масла.

Муку просеять через сито, высыпать горкой на стол, сделать в середине углубление, налить туда воду, все перемешать и замесить пресное тесто. Тесто разрезать на части и каждую раскатать, формируя лепешки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить и тщательно промыть проточной водой, после чего разделать на филе, отделить мякоть от костей и пропустить ее через мясорубку.

Репчатый лук очистить, промыть, разрезать на 4 части и также пропустить через мясорубку, смешав с рыбным фаршем.

На одну лепешку положить приготовленный рыбный фарш, поверх него – сливочное масло и накрыть все другой лепешкой. Края защипнуть и сделать вилкой в нескольких местах проколы. Выпекать лепешки в заранее разогретой духовке до полной готовности.

К столу лепешки с начинкой подавать горячими.

Крабы с листьями салата

300 г консервированных крабов, 70 г зеленого салата, 70 г соевого соуса, 15 г кунжутного масла, 5 г 3%-ного раствора уксусной кислоты.

Листья салата промыть и разрезать каждый пополам.

Крабы очистить от панцирей, мясо промыть и обсушить салфеткой. Смешать раствор уксусной кислоты с кунжутным маслом и соевым соусом, все тщательно перемешать.

На широкую плоскую тарелку выложить разрезанные пополам листья салата, поверх них положить подготовленные кусочки крабового мяса и залить их приготовленным соусом.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Красные бобы со специями

200 г красных бобов, 200 г риса, соль, черный молотый перец, специи по вкусу.

Рис перебрать, промыть проточной водой, всыпать в кастрюлю с водой и отварить. Бобы перебрать, промыть, залить водой и оставить на 30 минут, после чего отварить до полной готовности. Готовые бобы откинуть на дуршлаг или сито, дать воде стечь, выложить слоем на противень.

Смешать рис и бобы, добавить холодной кипяченой воды и потушить в течение часа. За несколько минут до готовности продукты посолить, посыпать перцем и специями.

К столу блюдо подавать горячим.

Картофель со сливками

500 г картофеля, 30 г сливочного масла, 200 г нежирных сливок, зелень укропа и петрушки, соль и молотый перец по вкусу.

Картофель очистить от кожицы, тщательно промыть

проточной водой, после чего опустить в кастрюлю с холодной водой и варить до готовности. Готовый картофель нарезать тонкими кружочками и обжарить каждый с обеих сторон на сливочном масле.

Сливки вскипятить и остудить. Жареный картофель выложить на плоскую тарелку и залить слегка охлажденными сливками. К столу блюдо подавать сразу после приготовления, украсив мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки, посолив и посыпав перцем.

Лапша из соевой муки

400 г соевой муки, 1 яйцо, вода, соль по вкусу.

Муку просеять через сито, насыпать горкой на стол, сделать в центре углубление, влить воду, положить яйцо, посолить и замесить тесто, переложить его в чистую посуду, накрыть салфеткой и поставить в теплое место на 30 минут.

Готовое тесто раскатать тонким слоем, свернуть его рулетом и нарезать тонкими кольцами. Приготовленную лапшу опустить в кипящую воду и варить в течение 5-7 минут, после чего откинуть на дуршлаг и дать стечь воде.

Лапшу из соевой муки подать к столу в качестве гарнира к мясному или рыбному блюду.

Морская рыба в сметанном соусе

300 г трески, 30 г муки, 3 яйца, 30 г растительного масла, соль и перец по вкусу, зелень укропа.

Для приготовления соуса: 50 г сливочного масла, 15 г готовой горчицы, 50 г хрена в уксусной заливке, 15 г тертого мускатного ореха, 300 г густой сметаны, соль и молотый перец по вкусу.

Свежую треску очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и разделать на филе. Филе нарезать небольшими кубиками.

Натереть кусочки солью со всех сторон, после чего обвалять в муке и обжарить в предварительно разогретом растительном масле. Готовую рыбу выложить на порционные тарелки.

Для приготовления соуса растопить в мелкой посуде сливочное масло, добавить горчицу, сметану, тертый мускатный

орех, измельченный корень хрена, соль и молотый перец. Все тщательно перемешать, довести до кипения и снять с огня.

Охлажденным при комнатной температуре соусом залить приготовленные кусочки рыбы. Сваренные вкрутую яйца очистить от скорлупы и нарезать мелкими кубиками. Посыпать обжаренные кусочки рыбы под соусом рублеными яйцами и зеленью укропа.

Помидоры с грибным фаршем

5 помидоров, 250 г свежих грибов, 1 луковица, 30 г растительного масла, 25 г смальца, 50 г томатной пасты, 30 г пшеничного хлеба, зелень укропа и петрушки, соль и черный молотый перец по вкусу.

Помидоры вымыть проточной водой, срезать верхушку и удалить часть мякоти. В образовавшееся отверстие насыпать немного соли и перца.

Для приготовления фарша тщательно промыть и очистить грибы, после чего мелко нарезать. Смалец растопить и обжарить в нем измельченные грибы. В чистой сковороде слегка обжарить предварительно очищенный, промытый и нашинкованный репчатый лук.

Нарезанные грибы и лук смешать, добавить томатную пасту, мякоть помидоров, соль, черный молотый перец, хлебные крошки, небольшое количество воды и проварить все в течение 20 минут при постоянном помешивании на слабом огне. Готовым фаршем наполнить помидоры, выложить их на заранее смазанный смальцем противень, слегка сбрызнуть растительным маслом и запечь до полной готовности в разогретой духовке.

К столу блюдо подать, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Кальмары в сметанном соусе

500 г кальмаров, 150 г соевого масла, 200 г густой сметаны, 150 г муки, 70 г сливочного масла, зелень петрушки, соль по вкусу.

Мороженые кальмары залить холодной кипяченой водой, после чего очистить их и промыть проточной водой,

выпотрошить, вновь хорошо промыть, нарезать тонкой соломкой, натереть мелкой солью и обвалять в предварительно просеянной муке. Соевое масло разогреть на сковороде и обжарить кальмаров. Жареные кальмары сложить в чистую посуду.

Просеянную через сито муку обжарить на сливочном масле, затем маленькими порциями положить сметану и все перемешать до получения массы однородной консистенции. Полученным сметанным соусом залить кальмары, накрыть крышкой и тушить на слабом огне до полной готовности продуктов.

Готовые кальмары выложить в порционные миски и подать к столу, посыпав мелко нарубленной зеленью петрушки.

Треска в белом соусе

500 г трески, 1 кг картофеля, 2 луковицы, 1 лимон, 1 корень сельдерея, 70 г сливочного масла, 30 г муки, 500 г воды, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Свежую треску очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть, срезать головы, хвосты, плавники, снять кожу, удалить кости и сварить из отходов бульон. Мякоть нарезать кусками.

Нарезанное филе натереть солью и молотым перцем. Репчатый лук и корень сельдерея измельчить, положить в кастрюлю, сверху на них выложить подготовленные куски рыбы, все залить горячим бульоном, закрыть посуду крышкой и варить на медленном огне до полной готовности продуктов.

Муку спассеровать со сливочным маслом. Рыбный отвар слить, заправить его пережаренной с маслом мукой и оставшимся бульоном, все довести до кипения, после этого снять с огня и небольшими порциями влить растопленное сливочное масло и сок лимона.

К столу блюдо подать, украсив мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Камбала с зеленью и уксусом

500 г свежей камбалы, 100 г сливочного масла, 30 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, зелень укропа и базилика, соль и черный молотый перец.

Свежую камбалу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть проточной водой, нарезать кусками, залить холодной подсоленной водой и отварить. Готовую рыбу откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и затем полить растопленным сливочным маслом, все посыпать перцем, мелко нарезанной зеленью укропа и базилика и полить раствором уксусной кислоты.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Палтус с луком и пряностями

500 г свежего палтуса, 2 луковицы, 100 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 2 лавровых листа, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 5 г муки, 15 г горчицы, 30 г растительного масла, сок 1 лимона, 3 яйца, соль по вкусу.

Палтус очистить от чешуи, выпотрошить и тщательно промыть проточной водой, после чего положить в чистую посуду с высокими стенками, залить теплым раствором уксусной кислоты и оставить на 15 минут для маринования. По истечении указанного срока залить рыбу водой.

Репчатый лук мелко нарезать, затем положить в кастрюлю, добавить лавровый лист, все посолить и варить на медленном огне до полной готовности. Рыбу откинуть на дуршлаг и нарезать небольшими кусками.

Для приготовления соуса предварительно просеянную муку спассеровать с растительным маслом, добавляя маленькими порциями горчицу, слегка взбитые яичные желтки, лимонный сок и соль. Все проварить на медленном огне в течение 5-8 минут.

Полученным острым соусом полить нарезанную кусками рыбу, поставить на огонь, довести до кипения и сразу снять с огня. К столу блюдо подавать горячим, посыпав рубленой зеленью укропа и петрушки.

Камбала, тушенная с луком и чесноком

500 г свежей камбалы, 3 луковицы, 150 г растительного масла, 5 зубчиков чеснока, 250 г болгарского перца, 500 г

помидоров, 1 л готового рыбного бульона, соль и черный молотый перец по вкусу.

Репчатый лук очистить от чешуи, мелко нарезать и спассеровать на предварительно разогретом растительном масле. Болгарский перец промыть проточной водой, очистить от семян и нарезать тонкой соломкой. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать маленькими кусочками, после чего смешать с нашинкованным луком. Овощи соединить, перемешать, переложить в чистую посуду и тушить в течение 15 минут. Затем в полученную массу влить готовый рыбный бульон, все довести до кипения и снять с огня.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой и нарезать порционными кусками, после чего натереть солью и оставить на несколько минут. После этого излишки соли смыть водой и посыпать рыбу со всех сторон молотым перцем.

Растительное масло вылить на разогретую сковороду, вскипятить и обжарить в нем нарезанную кусками рыбу. Жареную рыбу переложить в бульон с овощами, добавить очищенный, промытый и измельченный чеснок и все тушить до полной готовности.

К столу тушеную камбалу подать с картофельным гарниром.

Морепродукты в кляре

500 г свежих кальмаров, 150 г соевого масла, 1 яйцо, 100 г молока, 100 г панировочных сухарей, 70 г муки, 30 г сливочного масла, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Кальмары очистить и тщательно промыть проточной водой, после чего нарезать небольшими кусками, отбить, натереть солью и молотым перцем, обвалять в предварительно просеянной через сито муке.

Яйцо взбить венчиком в пену и постепенно влить молоко. В полученную смесь опустить подготовленные кусочки кальмаров, обвалять их в панировочных сухарях и обжарить на соевом масле.

Готовые кальмары разложить на большом плоском блюде и залить предварительно растопленным сливочным маслом. К столу блюдо подать горячим, украсив веточками укропа.

Рис с грудинкой и овощами

700 г грудинки, 100 г сливочного масла, 200 г риса, 1 луковица, 100 г моркови, зелень укропа и базилика, соль и молотый перец по вкусу.

Для приготовления заливки: 30 г муки, 30 г сливочного масла, 300 г готового мясного бульона, 5 г концентрата вейдзин, соль по вкусу, зелень укропа.

Грудинку очистить, вырезать жилки и снять пленку, хорошо промыть, после чего нарезать мелкими кубиками и отварить в кипящей воде до готовности.

Репчатый лук и морковь очистить, промыть проточной водой и нарезать маленькими кубиками. Зелень вымыть, обсушить салфеткой или полотенцем, мелко нарезать, затем положить в кастрюлю с овощами. Все посолить, посыпать перцем, довести до кипения и варить на медленном огне до полуготовности.

Бульон слить, мясо откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. В чистой кастрюле отварить предварительно перебранный и промытый рис. В кастрюлю положить слоями рис, на него – куски грудинки и затем вновь рис. Сливочное масло растопить на разогретой сковороде, залить рис с грудинкой и поставить в духовку на 20-30 минут.

Для приготовления заливки нужно обжарить предварительно просеянную через сито муку со сливочным маслом, затем развести полученную смесь готовым бульоном, все посолить, приправить концентратом вейдзин и проварить в течение 7-10 минут.

К столу блюдо подавать, полив приготовленной заливкой и украсив веточками укропа.

Свинина с фруктами

500 г свинины, 70 г изюма, 50 г сушеных яблок, 10 г горчицы, черный молотый перец и соль по вкусу, 20 г растительного масла.

В куске свинины сделать неглубокие продольные надрезы, куда положить предварительно промытые и обсушенные салфеткой или полотенцем изюм и ломтики яблок. После этого мясо переложить на заранее смазанный растительным маслом противень, залить небольшим количеством кипятка и обжарить при температуре 180-200° С в духовке до образования золотистой корочки.

Затем мясо нужно посолить, посыпать перцем, смазать

горчицей и все тушить еще в течение 2-2,5 часов. К столу блюдо можно подать холодным или горячим.

Рис с зеленым горошком и луком

250 г консервированного зеленого горошка, 2 луковицы, 30 г сливочного масла, 300 г риса, соль по вкусу, зелень петрушки.

Рис перебрать, тщательно промыть, залить холодной водой и оставить на 2 часа, после чего переложить в кастрюлю с подсоленной водой и отварить до полной готовности.

После этого в посуду с рисом влить жидкость из консервированного горошка, мелко нарезанный репчатый лук и все перемешать. Кастрюлю накрыть крышкой и варить в течение 15 минут на медленном огне.

Готовый рис полить предварительно растопленным на сковороде сливочным маслом.

К столу блюдо подавать горячим, украсив зеленым горошком и мелко нарубленной зеленью петрушки.

Морской окунь с паприкой

500 г свежего морского окуня, 3 луковицы, 3 зубчика чеснока, 3 стручка паприки, 30 г растительного масла, 70 г свиного сала, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 30 г соевого соуса, 20 г красного вина, соль и сахар по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, срезать головы, плавники и хвосты, хорошо промыть проточной водой и сделать неглубокие надрезы с обеих сторон. Свиное сало, очищенный и промытый репчатый лук и очищенный чеснок мелко нарубить. Кусочки сала положить на сковороду, растопить и обжарить в нем лук и чеснок.

Паприку промыть, удалить сердцевину, нарезать тонкой соломкой, после чего спассеровать на разогретом растительном масле и выложить на тарелку. В оставшемся масле обжарить нарезанную небольшими кусками рыбу, после чего выложить ее в сковороду с луком и чесноком, все полить красным вином, добавить сахар и соль, раствор уксуса, соевый соус, влить небольшое количество воды. Все довести до кипения на сильном

огне, затем убавить его и тушить продукты на медленном огне до выпаривания половины объема жидкости.

К столу рыбу подать в мисках, украсив обжаренным в масле горьким перцем.

Креветки с коньяком и салом

500 г креветок, 30 г коньяка, 100 г свиного сала, соль по вкусу, зелень укропа.

Свежие креветки очистить, срезать усики, хорошо промыть проточной водой, обсушить салфеткой или полотенцем, после чего нарезать маленькими ломтиками и посолить. На сковороду положить нарезанное мелкими кусочками свиное сало, растопить его и жарить в нем подготовленные креветки до полной готовности. Для равномерного обжаривания креветки нужно периодически переворачивать. Готовые креветки переложить на плоское блюдо и остудить.

Спустя некоторое время креветки вновь выложить на сковороду, залить их разведенным небольшим количеством воды коньяком и обжарить в течение 2 минут. К столу блюдо подать горячим, украсив веточками укропа.

Морская рыба с чесноком

500 г морской рыбы, 1 л соевого масла, 200 г рыбного бульона, 50 г соевого соуса, 200 г крахмала, 4 яйца, 5 зубчиков чеснока, 200 г сахара, 40 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, хорошо промыть проточной водой и разрезать вдоль пополам, после чего удалить кости. В мякоти сделать несколько поперечных надрезов и обсыпать рыбу крахмалом.

Яйца взбить венчиком до образования густой пены, смазать ими рыбу, после чего свернуть ее в рулет так, чтобы по внешнему виду она напоминала еловую шишку. Затем рыбу обжарить в предварительно разогретом соевом масле и выложить на плоское блюдо.

В той же сковороде спассеровать мелко нарубленный чеснок, добавить соевый соус, сахар, раствор уксуса, соль, рыбный

бульон, довести все до кипения и снять с огня.

К столу рыбу подать горячей, полив приготовленным соусом.

Морская рыба с креветками

300 г морской рыбы, 100 г сушеных креветок, 50 г сушеных грибов, 70 г ветчины, 1 луковица, 70 г спаржи, 50 г консервированного зеленого горошка, 70 г свиного сала, 100 г грибного бульона, 30 г коньяка, свежий корень имбиря, соль и молотый перец по вкусу.

Сушеные креветки залить холодной кипяченой водой и оставить для разбухания на 30-40 минут.

Сушеные грибы залить крутым кипятком и вымачивать в течение 40 минут в посуде под плотно закрытой крышкой.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой, сделать поперечные надрезы, натереть солью и молотым перцем, посыпать предварительно очищенным, промытым и мелко нарезанным репчатым луком, корнем имбиря, полить коньяком и варить все на паровой бане в течение 15 минут на сильном огне.

Свиное сало мелко нарезать, растопить на заранее раскаленной сковороде и обжарить в нем подготовленные креветки, положить измельченную спаржу, кусочки ветчины, нарезанные грибы, консервированный зеленый горошек, влить готовый грибной бульон и все тушить в течение 3-5 минут.

К столу рыбу подать, полив приготовленным соусом и украсив измельченным корнем имбиря.

Тушеные креветки с болгарским перцем

300 г креветок, 30 г соевого соуса, 2 яйца, 20 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 100 г болгарского перца, 30 г крахмала, 1 луковица, 30 г красного вина, 70 г свиного сала, 400 г растительного масла, имбирь и соль по вкусу.

Креветки очистить, промыть проточной водой и разрезать каждую пополам, после чего натереть солью и оставить на 10 минут. Крахмал развести холодной кипяченой водой. Яичные белки взбить венчиком в пену и влить в крахмал. Туда же

положить нарезанные креветки.

В предварительно разогретом растительном масле спассеровать промытый, очищенный от сердцевины и нарезанный болгарский перец и нарезанный тонкими кольцами репчатый лук, туда же положить креветки. Все слегка обжарить. Нарезанное мелкими кусочками свиное сало растопить на разогретой сковороде.

Для приготовления соуса смешать красное вино, уксус, соевый соус и имбирь. Обжаренные с перцем креветки выложить на сковороду с растопленным свиным салом, все залить приготовленным соусом и тушить в течение 4-5 минут. К столу блюдо подать горячим.

Креветки с помидорами и коньяком

500 г свежих креветок, 500 г свежих помидоров, 30 г крахмала, 1 л растительного масла, 30 г коньяка, 2 яйца, соль по вкусу, зелень укропа.

Креветки очистить от панциря и тщательно промыть проточной водой.

Яичные белки взбить с помощью венчика до образования густой пены, после чего всыпать крахмал, все перемешать и добавить соль. В полученную яичную смесь положить подготовленные креветки.

Помидоры промыть, обдать крутым кипятком, снять кожицу и нарезать маленькими кусочками. В сковороду налить растительное масло, подогреть его и обжарить в нем креветки до полной готовности. Жареные креветки выложить на плоское блюдо.

В том же масле потушить помидоры, положить креветки, влить коньяк, все перемешать и обжарить. К столу блюдо подать холодным, украсив зеленью укропа.

Креветки с красным вином и уксусом

500 г свежих креветок, 500 г рыбьего жира, 30 г красного вина, 25 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 50 г соевого соуса, 10 г сахара, зелень базилика.

Креветки очистить от панциря, отрезать усы и тщательно промыть проточной водой.

Рыбий жир вылить на сковороду и растопить, выложить туда подготовленные креветки и обжарить их. Готовые креветки переложить в чистую сковороду, всыпать сахар, влить вино, добавить соевый соус и обжарить все в течение 2 минут на сильном огне. За несколько минут до готовности влить раствор уксусной кислоты.

К столу блюдо подать горячим, украсив зеленью базилика.

Тефтели из мяса креветок

500 г свежих креветок, 500 г соевого масла, 1 яйцо, 200 г свежих помидоров, 200 г болгарского перца, 1 луковица, 30 г крахмала, красный молотый перец и соль по вкусу.

У свежих креветок отрезать усы, снять панцирь, посолить креветки и мелко нарезать. В креветочное мясо добавить взбитое венчиком яйцо, всыпать крахмал и все хорошо перемешать. Из полученного фарша сформовать маленькие шарики.

Репчатый лук очистить, промыть и нарезать тонкими кольцами. Болгарский перец очистить от семян, вымыть и также нарезать кольцами. Помидоры промыть, обсушить полотенцем или салфеткой и мелко нарезать.

Овощи выложить на разогретую сковороду и спассеровать на соевом масле, после чего положить креветочные тефтели и все обжарить около 3-4 минут до образования на тефтелях корочки золотистого цвета.

К столу тефтели подать, посыпав молотым красным перцем.

Креветки в кляре

300 г креветок, 30 г зеленого лука, 20 г крахмала, 150 г растительного масла, 2 яйца, 50 г муки, 20 г красного вина, черный молотый перец и соль по вкусу.

Креветки очистить от панциря, промыть проточной водой, посолить, полить красным вином, посыпать нашинкованным зеленым луком и молотым перцем.

Для приготовления кляра яйца хорошо взбить венчиком,

постепенно всыпать предварительно просеянную через сито муку и крахмал, влить небольшое количество воды и все тщательно перемешать до получения массы однородной сметанообразной консистенции без комочков. Опустить в тесто подготовленные креветки и обжарить их на раскаленном растительном масле.

К столу блюдо подать, украсив перьями зеленого лука.

Кальмары с чесноком и красным вином

500 г мяса кальмаров, 30 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 5 зубчиков чеснока, 30 г зелени чеснока, 30 г зеленого лука, 30 г крахмала, 20 г красного вина, 50 г растительного масла, соль по вкусу.

Кальмары залить холодной кипяченой водой и оставить на час, после чего снять кожицу и нарезать их мелкими кубиками.

Зелень и зубчики чеснока, перья зеленого лука промыть, обсушить полотенцем или салфеткой и мелко нарезать, затем соединить, перемешать, влить красное вино, ввести крахмал, предварительно разведенный в теплой воде, раствор уксуса и влить кипяток.

Подготовленное мясо кальмаров переложить в кастрюлю с водой, посолить, довести все до кипения и варить в течение 3 минут. Готовые кальмары выложить на плоскую тарелку.

Растительное масло вылить на предварительно разогретую сковороду и обжарить в нем подготовленные кусочки кальмаров, после чего добавить чесночный соус и все тушить около 5 минут.

К столу блюдо подавать, украсив мелко нарубленной зеленью чеснока.

Кальмары с сельдереем

400 г мяса кальмаров, 150 г сельдерея, 1 луковица, 100 г растительного масла, 30 г соевого соуса, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, имбирь, соль и черный молотый перец по вкусу.

Кальмары залить холодной кипяченой водой и оставить на час, после чего снять кожицу и нарезать тонкой соломкой. После этого мясо кальмаров переложить в кастрюлю с кипящей водой и варить в течение 3 минут до готовности.

Корни сельдерея очистить, тщательно промыть проточной водой, мелко нарезать и варить в течение минуты.

В предварительно раскаленном растительном масле спассеровать нашинкованный репчатый лук и имбирь, затем добавить подготовленный сельдерей и мясо кальмаров, все тушить в течение 5 минут. Перед окончанием тушения влить соевый соус, раствор уксуса, все посолить и посыпать перцем.

К столу блюдо подавать, посыпав мелко нарубленной зеленью сельдерея.

Крабовые шарики

500 г мяса краба, 500 г свинины, 500 г кочанного салата, 1 луковица, 1 л готового куриного бульона, 50 г красного вина, 30 г крахмала, 50 г куриного жира, красный молотый перец, соль и имбирь по вкусу.

Мясо крабов и свинину хорошо промыть проточной водой, после чего нарезать мелкими кусочками и соединить.

В полученную массу влить вино, добавить имбирь, половину указанного количества мелко нашинкованного репчатого лука, предварительно разведенный в холодной кипяченой воде крахмал, все посолить, посыпать перцем и перемешать до получения массы однородной консистенции. Сформовать из полученного фарша шарики.

Подготовленные шарики выложить на плоскую тарелку и отварить на паровой бане в течение 10 минут, после чего переложить в посуду с высокими стенками, влить куриный бульон, добавить оставшийся репчатый лук, имбирь, нашинкованные листья салата и все варить в течение 30-40 минут.

Готовые крабовые шарики разложить в миски и подать к столу, украсив половинками листьев салата и полив растопленным куриным жиром.

Крабы, приготовленные на пару

4 свежих краба, 100 г соевого соуса, 15 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, порошок имбиря по вкусу.

Свежие крабы тщательно промыть проточной водой, положить в пароварку и варить на сильном огне в течение 30-40 минут. Соевый соус соединить с порошком имбиря, раствором уксусной кислоты и перелить в отдельную посуду.

Крабы подавать к столу вместе с соусом сразу после приготовления.

Сырая морская рыба с чесноком

300 г свежей морской рыбы, 4 зубчика чеснока, 50 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 70 г моркови, соль и молотый перец по вкусу.

Для приготовления соуса: 150 г соевого соуса, 1 корень васаби.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить и тщательно промыть проточной водой, после чего нарезать порционными кусками, залить раствором уксусной кислоты и оставить на 5-7 минут.

Замаринованную рыбу посолить, посыпать молотым перцем, предварительно очищенными, хорошо промытыми и мелко нарубленными морковью и чесноком и мариновать еще 10-15 минут.

Для приготовления соуса корень васаби очистить, промыть и измельчить, затем соединить его с соевым соусом и оставить полученную массу на 10 минут.

К столу рыбу подать сразу после приготовления, полив соусом из васаби.

Капуста с горчицей и уксусом

1 кочан капусты, 25 г порошка горчицы, 15 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, сахар по вкусу.

Капусту очистить от верхних листьев, разобрать на листья, хорошо промыть их проточной водой, переложить в посуду с высокими стенками и варить на пару в течение 10-15 минут. Готовые листья вынуть, сложить в чистую посуду слоями, каждый слой посыпать горчицей, сахаром, а последний сбрызнуть раствором уксусной кислоты. Кастрюлю накрыть крышкой, завернуть в большое полотенце и оставить на 5-7 дней.

Капуста с яйцом

1 кочан капусты, 50 г сливочного масла, 300 г молока, 1 яйцо, 20 г пшеничной муки, 10 г крахмала, сахар, соль и молотый перец по вкусу.

Капусту вымыть и разобрать на листья, после чего мелко нарезать.

Яйцо взбить с помощью венчика в пену, влить молоко и всыпать предварительно просеянную через сито муку, все тщательно перемешать до получения однородной массы. Яично-мучной смесью залить нарубленную капусту и обжарить в сливочном масле. За несколько минут до готовности капусту посолить и посыпать перцем.

В отдельную кастрюлю налить молоко, довести его до кипения, положить сахар, сливочное масло и капусту. Крахмал развести в молоке, вылить полученную смесь в кастрюлю с капустой и вскипятить.

К столу блюдо подавать горячим.

Гребешки из капустных кочерыжек

7 капустных кочерыжек, 70 г растительного масла, 30 г крахмала, 20 г соевого соуса, сахар и соль по вкусу.

Капустные кочерыжки тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими ломтиками, после чего на каждом сделать несколько неглубоких надрезов, так чтобы по внешнему виду кочерыжки напоминали петушиные гребешки. Подогреть на сковороде растительное масло и обжарить в нем подготовленные кочерыжки. Крахмал развести холодной водой и перемешать до получения массы однородной консистенции без комочков.

Оставшееся масло слить, кочерыжки посыпать сахаром, полить соевым соусом, добавить соль, разведенный в воде крахмал и все обжарить до образования розовой корочки. Блюдо остудить и подать к столу.

Картофель в коньяке

1 кг картофеля, 3 стручка красного жгучего перца, 15 г коньяка, 60 г соевого соуса, 15 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 70 г растительного масла, 30 г воды.

Картофель очистить от кожицы, тщательно промыть проточной водой и нарезать соломкой.

В чистую посуду поместить стручки красного перца, залить его холодной водой и оставить на 10 минут, после чего нарезать тонкими кольцами. Нарезанный картофель переложить в кастрюлю с водой, поставить на огонь и отварить, после этого откинуть на дуршлаг и выложить на плоское блюдо. В предварительно раскаленном растительном масле спассеровать кольца красного перца, туда же влить соевый соус, раствор уксуса и коньяк, все слегка потушить.

К столу блюдо подать горячим, полив приготовленным коньячным соусом.

Картофель с майонезом и сахаром

1 кг картофеля, 70 г растительного масла, 25 г сахара, 50 г воды, 15 г майонеза, 10 г имбиря, 5 г красного молотого перца, соль по вкусу.

Картофель очистить от кожицы, тщательно промыть проточной водой и нарезать соломкой. В посуде с высокими стенками разогреть растительное масло, влить майонез и обжарить в полученной смеси подготовленный картофель. Готовый картофель разложить на блюде.

В оставшемся масле обжарить сахар, влить крутой кипяток, все посолить, посыпать молотым перцем, хорошо перемешать и добавить картофель, тушить на медленном огне в течение 5-7 минут. К столу блюдо подавать сразу после приготовления, посыпав измельченным корнем или порошком имбиря.

Креветки с овощами

500 г креветок, 600 г редиса, 1 луковица, 70 г сливочного масла, 40 г соевого соуса, зелень укропа и кинзы, соль по вкусу.

Креветки очистить от панцирей, хорошо промыть. Редис

тщательно промыть проточной водой и нарезать тонкими кружками.

В разогретой сковороде раскалить сливочное масло и обжарить в нем подготовленные креветки, после чего положить очищенный, промытый и мелко нарезанный репчатый лук, влить соевый соус, добавить редис, соль и все обжарить до полной готовности. К столу блюдо подать, украсив мелко нарубленной зеленью кинзы и укропа.

Хризантема с фасолью и кунжутным маслом

300 г белой фасоли, 15 г лепестков хризантемы, 15 г сахара, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 15 г кунжутного масла, соль по вкусу.

Фасоль перебрать, промыть, залить холодной кипяченой водой и оставить на сутки. По истечении указанного срока выложить ее на смоченную водой ткань и поместить в теплое светлое место на несколько дней. Появившиеся ростки фасоли отделить от семян, хорошо промыть проточной водой и обдать крутым кипятком, после чего полить кунжутным маслом, сбрызнуть раствором уксуса, всыпать сахар, посолить и выложить на тарелку.

Лепестки хризантемы перебрать, промыть, залить водой и оставить на 30 минут, затем переложить на широкое блюдо с плоским дном, а сверху положить подготовленные ростки фасоли.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Жареные ростки фасоли с болгарским перцем

300 г фасоли, 15 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 50 г хлопкового или соевого масла, 100 г болгарского перца, соль по вкусу.

Фасоль перебрать, промыть, залить холодной кипяченой водой и оставить на сутки, после чего выложить на влажную ткань и оставить на 3 дня для проращивания. При этом нужно следить за тем, чтобы ветошь всегда оставалась мокрой. Появившиеся ростки отделить от семян, промыть и обсушить салфеткой или полотенцем.

Болгарский перец очистить от семян, хорошо промыть и нарезать тонкими кольцами. На раскаленной сковороде разогреть хлопковое или соевое масло, обжарить в нем кольца перца и подготовленные ранее ростки фасоли на сильном огне. По завершении жаренья в смесь добавить соль и раствор уксуса, затем все тщательно перемешать.

К столу готовое блюдо подавать охлажденным, украсив оставшимися кольцами перца.

Помидоры с креветками

500 г помидоров, 200 г корейки, 150 г креветок, 150 г ветчины, 50 г соленых или маринованных грибов, 1 яйцо, 50 г крахмала, 150 г кунжутного масла, соль по вкусу, зелень базилика.

Для приготовления соуса: 50 г томатного соуса, 5 г коньяка, 50 г соевого соуса.

Помидоры хорошо промыть проточной водой и разрезать каждый пополам, затем осторожно удалить мякоть с семенами.

Корейку, слегка обжаренные креветки, грибы и ветчину прокрутить через мясорубку, после чего добавить слегка взбитый яичный белок, все посолить, перемешать и разложить в половинки помидоров.

Срезы помидоров можно слегка присыпать крахмалом и украсить измельченным яичным желтком. В чистой сковороде раскалить кунжутное масло и обжаривать в нем нафаршированные половинки помидоров в течение 2-3 минут, периодически переворачивая.

Для приготовления соуса томатный соус смешать с коньяком и соевым соусом, все перемешать, смесь слегка подогреть и залить ею помидоры. Все тушить до полной готовности.

К столу блюдо подавать горячим или холодным, посыпав мелко нарубленной зеленью базилика.

Крабы с луком и имбирем

300 г консервированных крабов, 100 г кунжутного масла, 1 луковица, сок 1 лимона, корень или порошок имбиря, молотый перец и соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 4 луковицы, 40 г томатной пасты, 4 зубчика чеснока, 40 г растительного масла, корень или порошок имбиря, черный молотый перец и соль по вкусу.

Для приготовления теста: 100 г муки, 2 яйца, 100 г молока, 400 г растительного масла.

Консервированные крабы нарезать маленькими кусочками.

Репчатый лук очистить, мелко нарезать и смешать с мясом крабов. Полученную смесь сбрызнуть лимонным соком, полить кунжутным маслом, посыпать измельченным корнем или порошком имбиря, солью и молотым перцем, затем поместить в холодильник на час.

К просеянной через сито муке добавить слегка взбитые яйца и молоко, все перемешать и замесить жидкое тесто. Кусочки крабов вынуть из маринада, отжать, окунуть в приготовленный кляр, поместить на разогретую сковороду и жарить на растительном масле до образования корочки желтоватого цвета.

В чистой сковороде спассеровать нашинкованный репчатый лук, всыпать туда же измельченный корень или порошок имбиря, зубчики чеснока, все перемешать и обжарить в течение 2-3 минут. По окончании жаренья чеснок вынуть, а в сковороду положить необходимое количество томатной пасты, все посолить, посыпать перцем и вновь перемешать.

Крабов полить полученным соусом и подать к столу.

Морская рыба с лимоном и корнем сельдерея

500 г морской рыбы, 1 луковица, 100 г моркови, 30 г сливочного масла, 1 корень сельдерея, 2 лавровых листа, несколько горошин душистого перца, 1 лимон, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать плавники, голову и хвост, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками.

Морковь, сельдерей и репчатый лук очистить, хорошо вымыть и измельчить, положить в кастрюлю с кипящей водой. Туда же положить подготовленную рыбу. После этого добавить небольшое количество сливочного масла, лавровый лист, душистый перец и соль.

Лимон нарезать кружками и уложить поверх рыбы, все залить водой. Кастрюлю накрыть крышкой и варить рыбу на медленном огне до полной готовности.

Рыба в апельсиновом соусе

500 г морской рыбы, 1 луковица, 30 г соевого соуса, 25 г саке, 70 г кунжутного масла, 1 яйцо, 70 г крахмала, 2 апельсина.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть и нарезать тонкими ломтиками.

В кастрюлю налить воду, всыпать крахмал, ввести слегка взбитое яйцо, все перемешать и взбить венчиком. В полученную смесь опустить подготовленные ранее куски рыбы. Репчатый лук очистить и мелко нарезать.

В сковороду налить кунжутное масло и раскалить его, после чего обжарить в нем нарезанную кусочками рыбу до готовности. После этого рыбу выложить на чистую тарелку и остудить. В том же масле обжарить на медленном огне в течение 3-4 минут нашинкованный репчатый лук с добавлением соевого соуса, саке, очищенных от кожуры и нарезанных мелкими кусочками апельсинов.

К столу блюдо подать, залив приготовленным соусом.

Трепанги в соусе из чеснока

50 г сушеных трепангов, 150 г мяса курицы, 2 зубчика чеснока, 30 г крахмала, 30 г соевого соуса, 50 г сливочного масла, 30 г саке, 1 яйцо, 30 г зеленого лука, соль по вкусу.

Мясо курицы нарезать мелкими кусочками и обжарить в разогретом сливочном масле. В чистой сковороде обжарить измельченный чеснок и мелко нарезанный зеленый лук, после чего вынуть и переложить их на тарелку.

Трепанги обдать крутым кипятком, нарезать небольшими тонкими ломтиками, смешать с мясом курицы, добавить в полученную смесь саке, соевый соус, соль и предварительно разведенный холодной кипяченой водой крахмал.

К столу блюдо подать, посыпав пассерованными чесноком и зеленым луком.

Запеканка из креветок с рисом

400 г замороженных креветок, 700 г помидоров, 200 г риса, 150 г сухарей, 30 г сливочного масла, 1 яйцо, 70 г тертого сыра твердых сортов, соль и молотый перец по вкусу.

Креветки разморозить, хорошо промыть и варить в подсоленной воде в течение 3-4 минут, затем очистить их и нарезать мелкими кусочками.

Рис перебрать, тщательно промыть проточной водой и отварить, после чего смешать с измельченными креветками, молотыми сухарями, предварительно взбитым в пену яйцом.

Все перемешать, посолить и посыпать молотым перцем. Помидоры вымыть, обдать крутым кипятком и быстро снять кожицу, затем протереть их через мелкое сито и смешать с подготовленными ранее продуктами.

Все выложить на смазанный сливочным маслом противень, посыпать сыром, поместить в предварительно разогретую духовку и выпекать при умеренной температуре до полной готовности.

Готовую запеканку разрезать на порционные куски и сразу подать к столу.

Рыба под грибным соусом с маслинами

500 г свежей морской рыбы, 700 г картофеля, 100 г свежих грибов, 1 луковица, 50 г сливочного масла, 1 л молока, 15 маслин, 200 г грибного бульона, 30 г соевого соуса, соль и молотый перец по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть проточной водой, разделать на филе. Мякоть нарезать маленькими кусочками.

Свежие грибы перебрать, очистить, хорошо промыть и отварить, после чего измельчить. Картофель очистить от кожицы, залить молоком и отварить, затем протереть через сито. Репчатый лук очистить, промыть, мелко нарезать, обжарить в масле, после чего соединить с нарезанными кусочками рыбы, измельченными грибами и картофельным пюре.

Полученную массу выложить в разогретую сковороду и тушить до готовности на медленном огне. За несколько минут до готовности положить маслины, посолить и посыпать перцем. Грибной бульон смешать с соевым соусом, залить полученной смесью рыбу и подать блюдо к столу.

Крабы с картофелем, болгарским перцем и майонезом

300 г консервированных крабов, 100 г картофеля, 100 г болгарского перца, 1 яйцо, 70 г майонеза, сок 1 лимона.

Консервированное мясо крабов нарезать мелкими кусочками. Яйцо и картофель отварить, очистить и нарезать кружками. Болгарский перец очистить от сердцевины и семян, обдать крутым кипятком и измельчить.

Все подготовленные ингредиенты соединить, сбрызнуть лимонным соком и заправить майонезом. К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Морская рыба с болгарским перцем, луком и кореньями

500 г морской рыбы, 200 г красного болгарского перца, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 50 г пшеничной муки, 70 г сливочного масла, черный молотый перец и соль по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать хвост, голову, плавники, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками, после чего каждый из них натереть солью и молотым перцем и оставить на несколько минут.

Красный болгарский перец обдать крутым кипятком, снять кожицу и нарезать тонкой длинной соломкой. Корни петрушки и сельдерея очистить, хорошо промыть и измельчить. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать.

Подготовленные овощи переложить в кастрюлю с кипящей водой, все посолить, посыпать перцем и вскипятить. После этого в кастрюлю положить нарезанную кусками рыбу и отварить ее до полной готовности.

Затем половину бульона слить, а вторую смешать с предварительно спассерованной мукой, растертой с размягченным сливочным маслом, все тушить в течение 8-10 минут.

К столу блюдо подавать, полив приготовленным соусом и заправив подогретым сливочным маслом.

Морская рыба, тушенная с яйцом и пряностями

500 г филе морской рыбы, 100 г моркови, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 1 лавровый лист, 5 горошин душистого перца, 50 г сливочного масла, 2 яйца, соль по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Для приготовления гарнира: 1 кг картофеля.

Морковь и коренья (петрушка и сельдерей) очистить, тщательно промыть проточной водой и измельчить. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Лук, морковь и коренья залить водой и отварить. В конце варки добавить соль, душистый перец горошком и лавровый лист.

Филе свежей морской рыбы нарезать тонкими ломтиками, выложить на разогретую сковороду и залить приготовленным ранее овощным бульоном. Все довести до кипения на сильном огне и варить на медленном до полного приготовления продуктов, периодически снимая образующуюся на поверхности пену. Яйца отварить вкрутую, очистить от скорлупы и нарезать тонкими кружками.

Готовую рыбу переложить на плоское широкое блюдо и подать к столу, украсив кружками яиц, посыпав измельченной зеленью петрушки и укропа и залив предварительно растопленным сливочным маслом.

Для приготовления гарнира картофель очистить от кожицы, залить водой и отварить.

Креветки заливные с лимоном

500 г свежих креветок, 700 г готового куриного бульона, 2 г желатина, 1 лимон, 70 г моркови, зелень петрушки.

Креветки очистить от панциря, тщательно промыть, залить водой и отварить до полной готовности, после чего выложить на плоское блюдо.

Желатин развести подогретым куриным бульоном и оставить для набухания на 5-8 минут. Морковь очистить, хорошо вымыть и отварить, затем нарезать тонкими кружками.

Кружки моркови разложить на блюде поверх креветок, посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки, залить разведенным в бульоне желатином, все поместить в холодное место и оставить на некоторое время до полного застывания.

К столу заливные креветки подать, украсив нарезанным маленькими дольками лимоном.

Рыба с фаршем из зеленого лука

500 г свежей морской рыбы, 30 г зеленого лука, 3 яйца, 30 г молотых сухарей, 50 г соевого масла, 70 г густой сметаны, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой. Перья зеленого лука вымыть, обсушить полотенцем или салфеткой, мелко нарезать, после чего смешать с предварительно сваренными вкрутую, очищенными от скорлупы и измельченными 2 яйцами, посыпать все солью и молотым перцем, перемешать и заполнить полученным фаршем рыбу.

Яйцо взбить венчиком до образования пены и смазать им нафаршированную рыбу с обеих сторон, после чего обвалять ее в молотых сухарях и обжарить в соевом масле до образования хрустящей золотистой корочки.

Готовую фаршированную рыбу смазать сметаной и посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.

Рыба с мускатным орехом

500 г свежей морской рыбы, 50 г сливочного масла, 1 лимон, 3 г тертого мускатного ореха, 70 г молотых сухарей, несколько горошин душистого перца, 1 лавровый лист, соль и молотый перец по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезав плавники, голову и хвост, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками, каждый из которых натереть солью и молотым перцем.

Хвост, голову и плавники рыбы промыть, залить водой, поставить на огонь, добавить душистый перец и лавровый лист и варить до готовности бульона. Бульон процедить.

Сливочным маслом смазать сковороду, выложить туда слоями нарезанную кусками рыбу, поверх нее – нарезанный тонкими кружками лимон, все посыпать мускатным орехом и молотыми сухарями, затем – вновь куски рыбы, далее – кружки лимона и т. д. Таких слоев должно быть 3-4.

После этого влить стакан готового рыбного бульона,

поместить посуду в разогретую духовку и запекать до полной готовности.

К столу блюдо подать сразу после приготовления, украсив тонко нарезанными кружками лимона.

Почки в лимонном соусе

500 г говяжьих почек, 50 г соевого масла, 2 луковицы, 1 лавровый лист, 1 лимон, 50 г сахара, зелень и корень петрушки, молотый перец и соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 50 г пшеничной муки, сок 1 лимона, соевый соус.

Говяжьи почки тщательно промыть холодной проточной водой, после чего снять пленку, залить водой комнатной температуры и оставить вымачиваться на 3 часа.

По истечении указанного срока воду слить, почки вновь промыть, переложить в кастрюлю с водой, поставить на огонь, довести до кипения и варить, время от времени снимая пену. По завершении варки бульон слить в чистую посуду, почки откинуть на дуршлаг, еще раз промыть, дать стечь воде и залить горячей подсоленной водой, всыпать сахар, измельченный корень петрушки, положить лавровый лист и варить в течение 30-40 минут.

Отварные почки слегка остудить и нарезать маленькими кусочками, после чего обжарить на сухой сковороде в собственном соку, накрыв посуду крышкой. Почки тушить в течение 3-5 минут. После этого влить в сковороду небольшое количество соевого масла, положить нарезанный тонкими кружками лимон и измельченный репчатый лук и все тушить еще в течение 5-7 минут.

Для приготовления соуса смешать предварительно поджаренную на соевом масле пшеничную муку с лимонным соком, добавить небольшое количество соевого соуса.

К столу блюдо подавать горячим, полив лимонно-соевым соусом и украсив мелко нарубленной зеленью петрушки.

Морская рыба с фасолью и чесноком

500 г свежей морской рыбы, 200 г грецких орехов, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 20 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 50 г растительного масла, 100 г сахара, 1,5 кг картофеля, 200 г фасоли, соль по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть и нарезать небольшими кусками, каждый из которых затем натереть солью и слегка обжарить в предварительно разогретом растительном масле. Обжаренную рыбу выложить на тарелку.

В том же масле обжарить очищенные, промытые и нашинкованные репчатый лук и чеснок, влить раствор уксуса, всыпать сахар, поверх уложить подготовленные ранее куски рыбы и предварительно отваренные картофель и фасоль.

Все перемешать, добавить небольшое количество воды, накрыть кастрюлю крышкой и тушить в течение 15 минут на медленном огне.

Грецкие орехи очистить от скорлупы, нарубить и обжарить на растительном масле.

Готовое блюдо подать к столу сразу после приготовления, посыпав измельченными грецкими орехами.

Креветки с овощами и томатным пюре

200 г свежих креветок, 30 г пшеничной муки, 50 г растительного масла, 2 луковицы, 70 г моркови, 1 корень петрушки, 50 г томатного пюре, 30 г сахара, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 30 г молотых грецких орехов, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и базилика.

Креветки очистить от панциря, отрезать усики, промыть проточной водой и разрезать каждую пополам, после чего посолить и поперчить и обжарить в растительном масле, посыпав просеянной мукой, выложить в один слой в кастрюлю с низкими бортами.

Лук, морковь, корень петрушки очистить, тщательно промыть проточной водой и измельчить, затем смешать, спассеровать в предварительно разогретом растительном масле и выложить полученную поджарку поверх креветок.

Затем положить томатное пюре, полить небольшим количеством горячей воды и тушить все до полной готовности. Под конец тушения добавить сахар, раствор уксусной кислоты, измельченные грецкие орехи, все перемешать, вскипятить и снять с огня.

К столу креветки подать с картофельным пюре, украсив зеленью укропа и базилика.

Маринованная морская рыба

500 г свежей морской рыбы, 50 г моркови, 3 луковицы, 30 г сахара, 5 г лимонного сока, 20 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 30 г пшеничной муки, 30 г соевого масла, 1 корень петрушки, 1 лавровый лист, корица, соль и черный молотый перец по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками, каждый из которых натереть солью и молотым перцем, после чего обвалять в предварительно просеянной пшеничной муке и слегка обжарить на соевом масле.

Репчатый лук очистить, хорошо промыть и нарезать тонкими кольцами. Морковь и корень петрушки очистить, тщательно промыть проточной водой и натереть на крупной терке. Измельченный репчатый лук, морковь и коренья залить водой и отварить.

За несколько минут до окончания варки всыпать сахар, добавить лимонный сок, положить лавровый лист, корицу, влить раствор уксуса, все перемешать, довести до кипения и проварить в течение 10-15 минут.

Выложенные на плоское блюдо куски обжаренной рыбы залить полученным маринадом.

К столу блюдо подавать охлажденным при комнатной температуре.

Фасоль с морковью

300 г белой фасоли, 150 г моркови, 50 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 15 г сахара, 300 г мясного бульона, соль по вкусу, зелень укропа.

Фасоль промыть, залить холодной водой и оставить вымачиваться на 10-12 часов. По истечении указанного срока воду слить, фасоль переложить в чистую кастрюлю, залить ее горячей водой, поставить на огонь и отварить до готовности.

Морковь очистить, тщательно промыть проточной водой и нарезать мелкими кубиками, после чего отварить до полуготовности.

В отдельную посуду сложить отварную фасоль и морковь, всыпать муку, добавить размягченное сливочное масло, мелко нарубленную зелень укропа, сахар, соль, все залить мясным бульоном и тушить до готовности продуктов.

К столу блюдо подавать горячим, украсив веточками укропа.

Маринованный морской окунь в молоке

500 г свежего морского окуня, 30 г сливочного масла, 10 г сахара, 50 г 3%-ного раствора уксуса, 50 г молотых сухарей, 300 г молока, соль и молотый перец по вкусу, зелень укропа и портулака.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, плавники и хвост, тщательно промыть проточной водой и разделать на филе. Полученное рыбное филе нарезать небольшими кусками, каждый из которых посолить, посыпать перцем, залить раствором уксусной кислоты и оставить на 2 часа для маринования.

Сливочное масло растопить в чистой посуде, всыпать сухари, сахар, влить молоко, все хорошо перемешать, вскипятить. В полученную массу выложить подготовленные куски рыбы и тушить в течение нескольких минут на медленном огне.

К столу блюдо подавать, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа и портулака.

Торт с начинкой из морской рыбы

5 яиц, 1 луковица, 300 г свежей морской рыбы, 70 г сыра твердых сортов, 30 г сливочного масла, 150 г густой сметаны.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть проточной водой и разделать на филе.

Яйца сварить вкрутую, очистить, отделить белки от желтков и измельчить или натереть на мелкой терке.

Сыр также натереть на терке.

На плоское широкое блюдо выложить слоями натертые яичные белки, тертый сыр, нарезанную мелкими кусочками рыбу.

Все полить сметаной и сверху положить тонкие кольца репчатого лука, предварительно сильно замороженное и натертое сливочное масло, все присыпать измельченными яичными желтками.

Готовый торт залить сметаной.

Торт поставить в холодильник и оставить на 3 часа, после чего разрезать на порционные куски и подать к столу.

Рыба в красном соусе с карри

500 г свежей морской рыбы, 250 г густой сметаны, 20 г лимонного сока, 3 г карри, черный и красный молотый перец, тмин и соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 100 г свежих помидоров, 50 г сливочного масла, 50 г томатной пасты, 10 г соевого соуса.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой и разделать на филе. После этого каждый кусочек обмакнуть в карри, затем все залить сметаной и поставить в теплое место на 30 минут.

По истечении указанного срока подготовленные куски рыбы выложить в чистую посуду, влить небольшое количество кипяченой воды, добавить лимонный сок, тмин, молотый красный и черный перец, все посолить и тушить в течение 20-25 минут.

Для приготовления соуса помидоры обдать крутым кипятком и сразу снять кожицу, после чего измельчить ножом или с помощью мелкой терки. Сливочное масло растопить на сковороде, выложить полученную томатную пасту, добавить соевый соус, все тщательно перемешать.

Готовую рыбу выложить на плоское блюдо, залить приготовленным ранее соусом и подать к столу с отварным рисом.

Маринованный тунец

500 г свежего тунца, 150 г маисовой муки, 100 г кунжутного масла, 70 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 40 г красного вина, 1 лимон, 70 г моркови, 1 луковица, 10 г горчицы, 1 лавровый лист, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа, петрушки и кинзы.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, хвост и плавники, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками.

Кунжутное масло раскалить в сковороде. Нарезанную кусками рыбу обвалять в предварительно просеянной через сито муке и обжаривать рыбу на сильном огне с обеих сторон в течение 2-3 минут, после чего выложить на тарелку.

В чистой сковороде обжарить очищенные, промытые и мелко нарезанные репчатый лук, морковь, зелень укропа, кинзы и петрушки, все перемешать, после чего посыпать перцем, положить тонкие дольки лимона, влить раствор уксуса, вино, положить горчицу, соль и лавровый лист. Все перемешать, вскипятить и остудить.

Охлажденную рыбу переложить на широкое плоское блюдо в несколько слоев, залить каждый приготовленным маринадом и подать к столу, украсив веточками укропа и петрушки.

Скумбрия в уксусной заливке

500 г свежей морской рыбы, 100 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, соль по вкусу.

Для приготовления заливки: 4 зубчика чеснока, 70 г растительного масла, зелень укропа и петрушки, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи и выпотрошить, после чего тщательно промыть и обсушить полотенцем или салфеткой. Подготовленную, обернутую ветошью рыбу положить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и отваривать в течение 5 минут, после чего переложить в посуду с раствором уксусной кислоты и мариновать в течение 30 минут.

Для приготовления чесночного соуса чеснок растереть до получения кашицеобразной массы. Зелень укропа и петрушки мелко нарезать и хорошо растереть с солью. В полученную смесь добавить чесночную кашицу, влить растительное масло и все тщательно перемешать.

Замаринованную в уксусе рыбу освободить от ветоши, переложить на широкое плоское блюдо и подать к столу, залив приготовленным чесночным соусом.

Морская рыба с саке

500 г свежего лосося, 150 г готового рыбного бульона, 30 г сливочного масла, 50 г саке, 1 корень и зелень петрушки, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть проточной водой и разделать на филе, после чего нарезать маленькими кусочками.

Сливочное масло выложить на сковороду и растопить. Положить туда подготовленные кусочки морской рыбы, все залить саке и рыбным бульоном, поставить на огонь и вскипятить. Перед окончанием варки добавить мелко нарезанный корень петрушки, соль и тушить до полной готовности продуктов.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления, украсив зеленью петрушки, с отварным картофелем или рисом.

Хек в красном соусе

500 г рыбы, 150 г соевого масла, 70 г пшеничной муки.

Для приготовления соуса: 250 г свежих помидоров, 40 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 70 г растительного масла, соль и молотый перец по вкусу, зелень петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой, отрезать плавники, хвост и голову, после чего разрезать на 4 части, каждый кусок обвалять в предварительно просеянной через сито пшеничной муке и жарить на разогретом соевом масле до образования хрустящей румяной корочки. Готовые куски рыбы переложить на плоское блюдо и остудить.

Тем времени приготовить красный соус. Прежде всего нужно обработать помидоры: обдать крутым кипятком и сразу снять кожицу, затем протереть через мелкое сито. Полученное томатное пюре смешать с раствором уксуса, добавить соль, перец, после чего небольшими порциями постепенно влить растительное масло и вмешать предварительно мелко нарубленную зелень петрушки.

Рыбу подать к столу сразу после приготовления. В отдельной чашке или соуснике подать красный соус.

Морской окунь в красном соусе

500 г свежей морской рыбы, 1 луковица, 1 корень сельдерея, 250 г красного соуса, 100 г воды или готового бульона, зелень укропа.

Для приготовления соуса: 250 г свежих помидоров, 40 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 70 г растительного масла, соль и молотый перец по вкусу, зелень петрушки.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и разделать на филе. Полученное филе нарезать небольшими кусками, выложить в чистую посуду кожицей вниз, залить горячей водой или готовым мясным или рыбным бульоном, поставить на плиту и тушить на медленном огне в течение 10 минут с добавлением очищенных, промытых и измельченных корня сельдерея и репчатого лука. Полученный бульон слить, куски отварной рыбы выложить слоем на плоское блюдо.

Для приготовления красного соуса помидоры обдать крутым кипятком и снять кожицу, затем с помощью мелкого сита растереть в пюре. В полученную массу влить раствор уксусной кислоты, все перемешать, посолить, посыпать перцем, добавить растительное масло и измельченную зелень петрушки.

Полученным соусом залить подготовленные куски рыбы и подать блюдо к столу, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Рыба с овощами и гвоздикой

1 кг рыбы, 200 г моркови, 300 г свежих помидоров, 2 корня петрушки, 1 луковица, 500 г готового рыбного бульона, 5 г сахара, 200 г растительного масла, гвоздика, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать головы, после чего выложить в глубокую посуду, перекладывая слоями подготовленных овощей.

Овощи и коренья очистить, тщательно промыть проточной водой и измельчить. Готовый рыбный бульон поставить на огонь и слегка подогреть, после чего влить растительное масло, положить сахар, соль и специи.

Посуду накрыть крышкой, поставить на огонь и довести содержимое до кипения, после чего снять с огня, поместить в духовку и томить в течение 30-40 минут.

Рыбу выложить на широкое блюдо, полить приготовленным соусом, оставшимся после тушения, и подать к столу, украсив

мелко нарубленной зеленью укропа.

Шашлык из морепродуктов

500 г кальмаров, 4 луковицы, 100 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, молотый перец, зелень укропа и барбариса.

Мясо кальмаров промыть, нарезать небольшими кусками.

Репчатый лук очистить, промыть проточной водой и нарезать тонкими кольцами, после чего залить раствором уксуса, добавить перец. В полученный маринад опустить подготовленные куски мяса кальмаров и оставить для маринования на 2-3 часа.

Замаринованное мясо нанизать на шпажки и обжарить над раскаленными углями без пламени. К столу шашлык подавать на шпажках, украсив мелко нарубленной зеленью укропа и барбариса.

Ракушки акагай с гвоздикой и корицей

15 ракушек акагай, 1 луковица, 70 г моркови, гвоздика, корица и молотый перец по вкусу.

Мясо извлечь из раковин, хорошо промыть проточной водой и варить на пару в течение 20-30 минут, после чего пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком и предварительно очищенной, промытой и сваренной морковью. Полученный фарш заправить специями, все перемешать и заполнить смесью раковины.

К столу ракушки акагай подать с соево-чесночным соусом.

Пельмени с креветками

200 г свежих креветок, 100 г пшеничной муки, 100 г воды, 2 яйца, 1 луковица, 500 г бульона, 50 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 1 зубчик чеснока, соль по вкусу, зелень укропа.

Креветки очистить от панциря, отрезать усики, промыть проточной водой, после чего разрезать пополам и пропустить

через мясорубку вместе с репчатым луком и мелко нарубленной зеленью укропа, все посолить и хорошо перемешать.

Муку просеять через сито, высыпать горкой на стол, сделать в центре небольшое углубление, куда влить воду и ввести яйца. Замесить тесто, раскатать его тонким слоем и затем нарезать квадратиками размером 3 х 3 см. На середину каждого такого квадрата выложить небольшое количество креветочного фарша и завернуть, скрепив края пельменей. Готовые пельмени отварить в предварительно процеженном кипящем бульоне.

К столу пельмени с креветками подавать горячими, с бульоном и уксусно-чесночным соусом.

Мраморная говядина

1 кг говядины, 500 г тофу, 1 луковица, 100 г дайкона, 400 г растительного масла, 400 г грибов эноки, 50 г соевого соуса, молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Тщательно промытую говядину нарезать тонкими пластинами и переложить в керамическую посуду с высокими стенками. Тофу нарезать мелкими кубиками. Репчатый лук очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. Грибы эноки промыть и нарезать маленькими кусочками. Все выложить поверх мяса.

Дайкон очистить, вымыть и натереть на мелкой терке, после чего соединить с соевым соусом, посыпать перцем и мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

На стол поставить специальную жаровню (тэппаняк), рядом разместить миски с мясом и салатом из редьки. При подаче к столу поочередно бросать на раскаленную жаровню мясо, кусочки грибов, тофу и лук. Каждый кусочек готового продукта нужно брать палочками и затем макать в салат из дайкона, смешанного с соевым соусом.

Мраморное мясо с рисом

300 г мраморной говядины, 200 г риса, 250 г грибов эноки, 250 г тофу, 150 г саке, несколько ломтиков японского хлеба фу, 150 г консервированной морской капусты, 70 г зеленого лука, 70 г соевого

соуса, соль и специи по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Рис перебрать, хорошо промыть, залить водой, поставить на огонь и отварить до полуготовности. После того как вода закипит, влить в кастрюлю саке и затем варить рис до полной готовности на медленном огне. Готовый рис переложить на широкое блюдо, посыпать мелко нарубленной зеленью укропа и залить соевым соусом.

Хлеб фу нарезать ломтиками, в каждый завернуть грибы эноки и закрепить все перьями зеленого лука. Мраморное мясо и тофу нарезать маленькими кубиками. Зелень петрушки мелко нарезать. Грибы с хлебом, тофу и мясо с зеленью переложить в салатник.

Морскую капусту выложить в отдельную неглубокую миску. Добавить соль и специи.

Миски с отварным рисом, морской капустой, мясом с грибами и кастрюлю с кипящей на жаровне водой поставить на столик.

Мраморное мясо с рисом в Японии едят так. С помощью палочек берут кусочек подготовленного ранее продукта (мясо, хлеб с грибами и т. п.), бросают его в посуду с водой, затем вынимают и опускают в миску с соевым соусом. В качестве гарнира используется отварной рис и консервированная морская капуста.

Курица в имбирном соусе

1 тушка курицы, 150 г сливочного масла, 3 зубчика чеснока, 1 лимон, красный молотый перец и соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 30 г свежего имбиря, 40 г зеленого лука, 5 г концентрата вейдзин, 30 г саке, 40 г соевого соуса, 100 г готового бульона, 50 г кунжутного масла.

Курицу тщательно промыть проточной водой, осторожно снять кожицу, после чего разрезать на четыре части, каждую из которых натереть толченым чесноком, солью и молотым перцем и проткнуть с помощью вилки в нескольких местах.

Сливочное масло разогреть на сковороде и обжарить в нем на сильном огне подготовленные куски курицы.

Корень имбиря и перья зеленого лука мелко нарезать. Смешать соевый соус, саке, готовый бульон, добавить концентрат вейдзин и кунжутное масло, смесь имбиря и зеленого лука и все тщательно перемешать до получения массы однородной

консистенции.

К столу блюдо подать, полив имбирным соусом и украсив тонкими дольками лимона.

Морская рыба с капустой пакчой

700 г свежей морской рыбы, 1 вилок капусты пакчой, 300 г грибов эноки, 1 луковица, 200 г соевого масла, 200 г готового грибного бульона, 2 яблока кислых сортов, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа.

Свежую рыбу очистить от чешуи, тщательно промыть проточной водой, разделать на филе, нарезать небольшими кусками, каждый из которых посыпать солью и перцем.

Грибы очистить, хорошо промыть и отварить. Бульон слить и процедить. Отварные грибы нарезать тонкой соломкой. Свежие яблоки очистить от кожицы, разрезать каждое пополам и удалить сердцевину, после чего нарезать кубиками. Капусту мелко нарезать.

Измельченные капусту, грибы, яблоки, репчатый лук соединить, залить приготовленным грибным бульоном и все тщательно перемешать.

Полученную массу переложить в посуду с высокими стенками, поверх нее положить подготовленные куски рыбы, сотейник накрыть крышкой, добавить соевое масло, поставить на огонь и тушить продукты на медленном огне в течение 15-20 минут.

К столу блюдо подавать горячим, украсив веточками укропа.

Яичные пельмени с саке

5 яичных белков, 3 зубчика чеснока, 1 луковица, 15 г саке, 10 г имбиря, 15 г соевого соуса, 40 г соевого масла.

Белки отделить от желтков, затем взбить венчиком в мелкой чашке, после чего, используя столовую ложку, небольшими порциями вылить их на сковороду с заранее раскаленным соевым маслом и обжарить до полуготовности. С помощью деревянной лопатки вынуть обжаренные белки, сложить их в форме пельменей и вновь обжарить с обеих сторон до образования

тонкой корочки золотистого цвета, затем выложить на тарелку и остудить.

Репчатый лук, чеснок и имбирь измельчить, после чего спассеровать в соевом масле с добавлением соевого соуса, саке, небольшого количества воды. Туда же опустить белковые пельмени.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Печеные креветки с яйцами

300 г креветок, 7 яиц, 150 г растительного масла, 30 г десертного вина, 3 г картофельного крахмала, соль по вкусу.

В посуде взбить в крепкую пену 6 яиц. Мясо креветок промыть, обсушить полотенцем или салфеткой и выложить в чистую посуду. Белок одного яйца отделить от желтка, слегка взбить, всыпать крахмал, соль, все перемешать и выложить полученную смесь в тарелку с креветками.

Растительное масло раскалить в сковороде и обжарить в нем подготовленное мясо креветок. Жареные креветки переложить на тарелку, немного остудить, затем каждый кусочек окунуть во взбитые яйца и вновь жарить в растительном масле при постоянном помешивании до появления корочки золотистого цвета.

К столу креветок подавать, сбрызнув небольшим количеством десертного вина.

Тушеная рыба

300 г свежей морской рыбы, 70 г соевого масла, 1 корень петрушки, 25 г готового рыбного фарша, несколько горошин черного перца, соль по вкусу, зелень укропа.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, не разрезая брюшка, после чего тщательно промыть проточной водой.

Для приготовления ароматизированного масла в посуду с соевым маслом положить мелко нарубленную зелень укропа и измельченный корень петрушки, добавить перец горошком, соль, небольшое количество рыбного фарша. Все перемешать, довести до кипения и варить в течение 10-15 минут, после чего

процедить.

Полученное ароматизированное масло перелить в чистую посуду с высокими стенками, туда же выложить подготовленную рыбу и томить ее в разогретой духовке до полной готовности.

К столу рыбу подавать сразу после приготовления, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Тушеный морской налим

300 г свежего морского налима, 1 луковица, 50 г саке, 2 яблока кислых сортов, 30 г растительного масла, 50 г соевого соуса, 70 г густой сметаны, молотый перец по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками.

Репчатый лук очистить, промыть и нашинковать.

Яблоки очистить от кожицы, удалить сердцевину и семена и мелко нарезать.

Соевый соус соединить со сметаной и все тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции.

Подготовленные куски рыбы натереть молотым перцем, переложить в предварительно смазанный растительным маслом сотейник, посыпать рубленым репчатым луком и кусочками яблок, залить саке. Поместить все в духовку и тушить в течение 10-15 минут.

К столу тушеную рыбу подавать сразу после приготовления, с соевым соусом.

Курица с чесноком

1 тушка курицы, 2 яйца, 150 г растительного масла, 10 г картофельного крахмала, 1 луковица, 5 зубчиков чеснока, 50 г томатного соуса, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 10 г сахара, соль по вкусу.

Тушку курицы промыть проточной водой, нарезать небольшими кусками и отбить с помощью специального молоточка.

Репчатый лук очистить, вымыть и нашинковать. Чеснок очистить и измельчить. Яйца взбить венчиком до образования

пены, всыпать картофельный крахмал, все хорошо перемешать, посолить и еще раз перемешать.

Подготовленные куски курицы обмакнуть в полученную смесь, сразу обжарить на предварительно разогретом на сковороде растительном масле и выложить на плоскую тарелку.

В том же масле спассеровать измельченные лук и чеснок с добавлением томатного соуса и небольшого количества горячей воды, в завершение варки положить сахар, влить раствор уксуса и все тушить еще в течение 3-5 минут.

К столу жареную курицу подать с отварным рисом сразу после приготовления, полив приготовленным луково-чесночным соусом.

Сырая морская рыба в маринаде

300 г морской рыбы, 1 луковица, 20 г саке, 40 г соевого соуса, 40 г растительного масла.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, не разрезая брюшка, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками. Подготовленную таким образом рыбу залить соевым соусом, сбрызнуть саке и растительным маслом. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать, после чего посыпать им куски рыбы.

Готовое блюдо поместить в холодильник на 15-20 минут и затем подать к столу.

Рыба под кисло-сладким соусом

500 г свежей морской рыбы, 50 г соевого соуса, 25 г крахмала, 150 г соевого масла, 150 г кипятка, 2 яйца, 100 г пшеничной муки, 40 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 1 луковица, 10 г сахара, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, не разрезая брюшка, отрезать плавники, хвост и голову и тщательно промыть проточной водой, после чего нарезать небольшими кусками, каждый из которых затем натереть солью с обеих сторон, обвалять в предварительно просеянной пшеничной муке и обмакнуть во взбитые в пену яйца.

В чистой миске смешать крахмал и сахар, полученную смесь залить кипятком, раствором уксусной кислоты и добавить соевый соус, все перемешать до получения массы однородной консистенции.

Подготовленные ранее куски рыбы обжарить в заранее раскаленном на сковороде соевом масле. Готовую рыбу переложить на плоское блюдо и слегка остудить.

В оставшемся масле спассеровать очищенный, промытый и мелко нарубленный репчатый лук, добавить приготовленную ранее крахмально-сахарную смесь и все тушить до получения густой массы.

Жареную рыбу подать к столу, полив соусом.

Рыбные фрикадельки

700 г морской рыбы, 1 луковица, 1 яйцо, 100 г растительного масла, 10 г сахара, 30 г соевого соуса, 30 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 100 г свежих помидоров, 50 г свеклы, 30 г зеленого лука, имбирь и соль по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать плавники, хвост и голову, тщательно промыть холодной водой и разделать на филе. Приготовленное филе пропустить через мясорубку с добавлением соли, предварительно очищенного и промытого репчатого лука и отварной свеклы. В полученный фарш ввести яйцо, всыпать сахар и все тщательно перемешать.

Соевое масло раскалить в разогретой сковороде, спассеровать в нем оставшийся нашинкованный репчатый лук, заранее протертые через мелкое сито или размятые помидоры, добавить воду и все тушить до готовности.

Из полученного рыбного фарша сформировать фрикадельки, соединить их по две и скрепить перьями зеленого лука, после чего выложить на сковороду и обжарить на растительном масле. По окончании приготовления в сковороду влить небольшое количество воды, соевый соус, раствор уксуса, все перемешать и тушить несколько минут.

К столу блюдо подавать горячим, посыпав измельченным корнем имбиря.

Крабы с пряностями

500 г свежих крабов, 50 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 50 г саке, 20 г корня имбиря, молотый перец и соль по вкусу.

Крабы тщательно промыть проточной водой, переложить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь и отварить на пару, после чего остудить. Сваренных крабов очистить от панцирей, отделить икру и мясо. Икру и мясо отдельно посолить, посыпать перцем, полить саке, посыпать мелко нарезанным корнем имбиря и хорошо перемешать.

Панцири крабов промыть проточной водой, высушить и заполнить приготовленным ранее фаршем: икорным и мясным. После этого панцири закрыть, выложить в кастрюлю и прогревать на пару в течение нескольких минут.

К столу фаршированных крабов подавать с уксусным соусом.

Морская рыба с зеленым горошком и овощами

500 г свежей морской рыбы, 400 г стручков зеленого горошка, 1 луковица, 200 г свежих огурцов, 70 г соевого масла, красный молотый перец и соль по вкусу, зелень петрушки и базилика.

Свежую морскую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками.

Репчатый лук очистить от чешуи, вымыть и нашинковать. Свежие огурцы очистить от кожицы, промыть и нарезать мелкими кубиками.

Стручки гороха перебрать, переложить в дуршлаг, промыть проточной водой, дать ей стечь и затем очистить от кожицы. Кожицу стручкового гороха также можно использовать для приготовления блюда. Ее нужно очистить от пленки, затем измельчить и смешать с промытым горошком.

На предварительно раскаленном соевом масле жарить в течение нескольких минут подготовленные куски рыбы, после чего положить измельченный репчатый лук, добавить небольшое количество воды и все тушить в течение 5-7 минут. Далее выложить горошек, нарезанные кубиками огурцы, все посолить, посыпать перцем и тушить до полной готовности продуктов.

К столу рыбу подавать, посыпав мелко нарубленной зеленью петрушки и базилика.

Морская рыба с болгарским перцем

300 г морской рыбы, 10 г маисового или картофельного крахмала, 500 г болгарского перца, 70 г растительного масла, зелень укропа.

Для приготовления соуса: 15 г красного вина, соль и сахар по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать плавники, хвост, голову, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками, каждый из которых обвалять в мелко нарубленной зелени укропа.

Маисовый или картофельный крахмал насыпать в чистую миску и развести холодной кипяченой водой. Полученной смесью залить подготовленные куски рыбы и оставить для маринования на 1-1,5 часа.

Зеленый болгарский перец вымыть, удалить сердцевину и семена, после чего нарезать тонкой соломкой.

Вино, соль и сахар смешать, добавить мелко нарубленную зелень укропа и петрушки и все тщательно перемешать.

Растительное масло раскалить в предварительно разогретой сковороде, выложить куски рыбы и обжаривать их в течение 2-3 минут. В чистой сковороде спассеровать болгарский перец, по завершении обжаривания положить рыбу и влить приготовленный ранее винный соус. Все тушить до полной готовности продуктов.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления, посыпав мелко нарубленным укропом.

Морская рыба в грибном соусе

1 кг свежей морской рыбы, 100 г сахара, 40 г соевого соуса, 100 г растительного масла, 30 г зеленого лука, 2 г порошка имбиря, 100 г свежих грибов, 200 г картофеля, 10 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, зелень петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой и, не разрезая, обжарить с обеих сторон до образования золотистой корочки в предварительно разогретом и смешанном с сахаром растительном масле.

В чистой сухой сковороде прокалить сахар до коричневого цвета.

В посуду с высокими стенками влить раствор уксусной кислоты, всыпать порошок имбиря, влить соевый соус, добавить измельченную зелень петрушки, мелко нарезанные перья

зеленого лука, нарезанные тонкими пластинками грибы и мелкие кубики картофеля. Все перемешать и томить в предварительно разогретой духовке в течение нескольких минут. По окончании тушения всыпать сахар и все проварить до получения густой массы.

К столу рыбу подавать слегка охлажденной, полив приготовленным грибным соусом.

Тушеные крабы с корицей и гвоздикой

300 г мяса крабов, 1 луковица, 5 г растительного масла, 30 г соевого соуса, 5 г сахара, 10 г саке, 2 г порошка имбиря, 2 г гвоздики, 2 г корицы, 1 корень сельдерея, зелень укропа.

Мясо крабов промыть проточной водой и нарезать маленькими кусочками. Залить соевым соусом, всыпать сахар, мелко нарезанный лук, добавить имбирь, растительное масло, гвоздику, корицу, измельченный корень сельдерея. Все переложить в миску и оставить на 10 минут для маринования. По истечении указанного срока все залить саке, переложить на раскаленную сковороду с подогретым растительным маслом и обжаривать в течение 5 минут на медленном огне.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Жареные креветки с яйцами

500 г свежих креветок, 5 яиц, 300 г смальца или любого другого жира, 5 г картофельного крахмала, соль по вкусу.

Яйца взбить венчиком до образования густой пены, ввести крахмал, все посолить и перемешать.

Креветки очистить от панцирей, промыть проточной водой и переложить на тарелку. Свиное сало или жир раскалить на сковороде и обжарить в нем подготовленные креветки, после чего откинуть их на дуршлаг и дать стечь излишкам масла. Жареные креветки смешать с взбитыми ранее яйцами.

После этого креветки, перемешанные с яйцами, вылить в сковороду, обжарить до полной готовности и подать к столу.

Фаршированные яйца с крабами

5 яиц, 100 г мяса крабов, половина луковицы, 30 г растительного масла, 1 г порошка имбиря, соль по вкусу.

Для приготовления соуса: 100 г свежих помидоров, 30 г соевого соуса, 20 г воды, имбирь по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы и затем разрезать на половинки. Извлечь желтки и мелко нарезать их.

Крабовое мясо промыть проточной водой и измельчить. Репчатый лук очистить, промыть и мелко нарубить. Измельченные яичные желтки смешать с подготовленным мясом крабов и нашинкованным репчатым луком, все перемешать, посолить и полученным фаршем начинить яичные белки. Отваривать фаршированные яйца на пару в течение 10-15 минут.

Помидоры обдать крутым кипятком и быстро снять кожицу, после чего нарезать мелкими дольками и обжарить на предварительно раскаленном в разогретой сковороде растительном масле, в завершение обжаривания влить соевый соус и небольшое количество воды, положить имбирь и все тушить в течение 5-7 минут.

Фаршированные яйца разложить на широком плоском блюде, залить томатным соусом и сразу подать к столу, посыпав измельченным корнем имбиря.

Фаршированная рыба с креветками

700 г свежей морской рыбы, 300 г баранины, 200 г креветок, 50 г ветчины, 500 г растительного масла, 3 яйца, 4 зубчика чеснока, 30 г сахара, 70 г свежих грибов, 70 г соевого соуса, 1 луковица, 50 г картофельного крахмала, 30 г саке, 2 г порошка имбиря, соль по вкусу.

Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову, хвост и плавники, выпотрошить, промыть проточной водой, обсушить полотенцем или салфеткой и сделать с одной стороны надрез для начинки.

Ветчину, очищенные и промытые грибы, репчатый лук разделить на две части. Одну часть указанных продуктов мелко нарезать и смешать с порошком имбиря. Креветки и баранину промыть проточной водой, пропустить через мясорубку, перемешать и затем добавить яичные белки, саке, смесь, приготовленную из ветчины, лука и грибов, все перемешать,

посолить и вновь перемешать. Полученным фаршем начинить подготовленную рыбу.

В чистую сковороду налить растительное масло, раскалить его и обжарить в нем рыбу до образования корочки золотистого цвета. Жареную фаршированную рыбу выложить на тарелку и остудить. В том же масле спассеровать оставшуюся часть репчатого лука, грибов и ветчины, зубчики чеснока.

По окончании жаренья добавить соевый соус, картофельный крахмал, сахар и положить рыбу. Все тушить на медленном огне в течение 10-15 минут.

К столу фаршированную рыбу подавать сразу после приготовления.

Сычуаньская капуста с яйцами

300 г сычуаньской капусты, 1 л воды, 5 яиц, 50 г соевого соуса, 70 г кунжутного масла, черный молотый перец по вкусу, зелень укропа.

Яйца взбить венчиком в пену, перелить в кастрюлю с кипящей водой, довести до кипения и проварить. Сычуаньскую капусту мелко нарезать, положить в кастрюлю с вареными яйцами, влить соевый соус, кунжутное масло, положить молотый перец, все перемешать, вскипятить и снять с огня.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления, украсив измельченной зеленью укропа.

Маринованный морской окунь

500 г морского окуня, 70 г растительного масла, 2 зубчика чеснока, 10 г соевого соуса, 100 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 10 г сахара, 1 лавровый лист, 10 г специй, соль и измельченный хрен васаби по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, плавники, хвост, тщательно промыть проточной водой, после чего нарезать небольшими кусками, каждый из которых затем натереть солью и обжарить в предварительно раскаленном на разогретой сковороде растительном масле. Жареную рыбу остудить.

Чеснок очистить, вымыть и измельчить, затем смешать со слегка подогретым раствором уксусной кислоты с добавлением специй и сахара. Подготовленные куски жареной рыбы выложить в чистую посуду, залить маринадом, поставить в холодильник и оставить на двое суток.

К столу жареную маринованную рыбу подавать с соевым соусом и предварительно натертым на мелкой терке хреном васаби.

Маринованная сардина с хреном

500 г свежей сардины, 40 г тертого хрена васаби, 50 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 30 г сахара, 40 г воды, соль по вкусу.

Свежую сардину очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать хвост, голову и плавники, промыть проточной водой и разделать на филе. Филе рыбы нарезать маленькими кусочками.

В раствор уксусной кислоты добавить сахар, натертый на мелкой терке хрен васаби и соль, влить небольшое количество воды и залить полученным маринадом подготовленные куски рыбы. Поставить посуду с рыбой в холодное место и оставить на 24 часа для маринования.

По истечении указанного срока замаринованную рыбу переложить на широкое плоское блюдо и подать к столу.

Морская рыба с рисом

500 г свежей морской рыбы, 100 г сливочного масла, 100 г моркови, 1 корень сельдерея, 1 луковица, 100 г соевого соуса, 100 г белого вина, 300 г готового мясного бульона, 100 г длиннозернистого риса, 40 г пшеничной муки, 30 г специй, зелень укропа, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть проточной водой и разделать на филе. Рыбное филе разрезать на небольшие кусочки.

Морковь очистить, тщательно промыть холодной водой и нарезать тонкими кружками. Корень сельдерея и репчатый лук также очистить, вымыть и мелко нарезать.

Все переложить в чистую посуду, добавить размягченное

сливочное масло, рубленую зелень укропа, влить белое вино, предварительно прокипяченный мясной бульон, соевый соус и все варить в течение нескольких минут. Филе рыбы вынуть, переложить на тарелку и слегка остудить.

Сливочное масло выложить на сковороду и разогреть, после чего обжарить в нем просеянную через мелкое сито муку с добавлением специй. Полученную смесь положить в кастрюлю с рыбным бульоном, все вскипятить и снять с огня, добавить сливочное масло.

Рис перебрать, промыть проточной холодной водой и отварить в слегка подсоленной воде, после чего откинуть его на дуршлаг, дать стечь воде и промыть.

Готовый рис переложить на плоское блюдо, сверху положить подготовленные куски рыбы и все залить приготовленным ранее соусом.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления, посыпав мелко нарезанной зеленью укропа.

Салака в остром соусе

500 г свежей салаки, 30 г хрена васаби, 70 г соевого соуса, 70 г майонеза, зелень укропа и базилика.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать плавники, хвост и голову, тщательно промыть под струей холодной воды, после чего разделать на филе и нарезать маленькими кусочками.

Для приготовления соуса натертый на мелкой терке хрен васаби смешать с соевым соусом, добавить майонез и все хорошо перемешать до получения массы однородной консистенции, положить мелко нарубленную зелень укропа.

К столу салаку подавать сразу после приготовления, полив соусом и украсив веточками укропа и базилика.

Морская рыба в собственном соку

300 г свежей морской рыбы, 2 зубчика чеснока, 30 г моркови, 10 г специй, молотый перец и соль по вкусу, зелень петрушки.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать плавники,

хвост, голову и хорошо промыть проточной водой.

Морковь очистить, тщательно вымыть под струей холодной воды, после чего нарезать тонкими кружками.

Чеснок очистить и измельчить.

Подготовленную ранее рыбу натереть молотым перцем, солью и специями, переложить в посуду с высокими стенками, поверх нее выложить нарезанную морковь и толченый чеснок.

Все тушить на водяной бане до полной готовности продуктов в течение 20-30 минут.

К столу рыбу подать, украсив веточками петрушки.

Крабы под соевым соусом

500 г крабов, 200 г болгарского перца, 15 г сахара, 70 г соевого соуса, 20 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 70 г растительного масла, 1 яйцо, соль по вкусу.

Крабовое мясо тщательно промыть проточной водой, нарезать маленькими кусочками и пропустить через мясорубку. В приготовленный фарш добавить слегка взбитый яичный белок, все перемешать и сформовать тефтели.

Болгарский перец вымыть, обсушить полотенцем или салфеткой, удалить сердцевину и семена, после чего нарезать тонкими кольцами.

Растительное масло раскалить на предварительно разогретой сковороде и обжарить в нем нарезанные перцы, всыпать сахар и добавить соль, влить соевый соус и раствор уксуса, все перемешать и вновь обжарить. В сковороду выложить приготовленные ранее тефтели из крабового мяса, накрыть посуду крышкой и все тушить в течение 5-7 минут.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления.

Морские гребешки в красном соусе

500 г замороженных морских гребешков, 200 г свежих помидоров, 50 г томатной пасты, 1 луковица, 70 г соевого соуса, 70 г растительного масла, свежий корень имбиря, соль по вкусу, зелень укропа.

Замороженные морские гребешки положить в кастрюлю с

подсоленной холодной водой, после чего тщательно промыть проточной водой, переложить в посуду, поставить на огонь, довести до кипения и варить в течение 5 минут, затем откинуть на дуршлаг и вновь промыть.

В предварительно разогретую сковороду влить растительное масло, раскалить его и спассеровать в нем очищенный и мелко нарезанный репчатый лук до золотистого цвета, выложить томатную пасту и кусочки помидоров, добавить измельченный корень имбиря и соевый соус, все перемешать, посолить и вскипятить.

Готовую рыбу выложить на широкое плоское блюдо, залить приготовленным соусом и подать к столу, украсив зеленью укропа.

Шашлык из осетрины

700 г свежей осетрины, 70 г белого вина, соль и черный молотый перец по вкусу, зелень укропа и петрушки.

Свежего осетра очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть проточной водой и затем разделать на филе. Филе нарезать большими кусками, каждый из которых натереть солью и молотым перцем, полить вином, сложить в глубокую посуду и оставить в холодном месте для маринования на 3 часа. Замаринованные куски рыбы запечь на углях или в гриле.

Рыбный шашлык подать к столу со свежими овощами, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки.

Жареный лосось

500 г свежего лосося, 1 лимон, 50 г растительного масла, черный молотый перец и соль по вкусу, зелень петрушки и укропа.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, хвост, плавники, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками. Сложить рыбу в глубокую посуду, положить маленькие веточки петрушки и укропа, залить все соком лимона, посолить, посыпать перцем и оставить в холодном месте на 3-5 часов.

Замаринованную рыбу выложить на предварительно

смазанную растительным маслом решетку и обжарить на углях или в гриле до готовности.

Обжаренную рыбу выложить на широкое плоское блюдо, поверх нее положить нарезанный тонкими дольками лимон, вновь сбрызнуть все лимонным соком, положить веточки зелени укропа и петрушки и подать готовое блюдо к столу.

Запеканка из лосося

500 г свежего лосося, 200 г риса, 50 г сливочного масла, 3 яйца, 70 г молока, соль по вкусу, зелень базилика.

Свежую рыбу очистить от чешуи, срезать плавники, отрезать голову и хвост, после чего тщательно промыть проточной водой, разделать на филе и нарезать его маленькими кусками.

Рис перебрать, промыть под струей холодной воды, всыпать в кастрюлю с кипящей водой и отварить, после чего переложить в дуршлаг и промыть проточной водой.

На предварительно разогретую сковороду положить сливочное масло, растопить его и выложить в сковороду часть отваренного риса. Поверх рисового слоя разложить подготовленные кусочки рыбы, сверху – вновь сваренный рис.

Яйца взбить венчиком в пену, влить молоко и вновь взбить, после чего посолить и тщательно перемешать до образования массы однородной консистенции. Полученной смесью залить рис с рыбой, сверху покрыть слоем мелко нарубленной зелени укропа и петрушки, поместить все в предварительно разогретую духовку и запекать в течение 10-15 минут.

Готовую запеканку горячей нарезать порционными кусками и сразу подать к столу.

Рыбные бантики

500 г рыбы, 3 яйца, 100 г молотых сухарей, 1 лимон, соль по вкусу, зелень петрушки.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, тщательно промыть проточной водой и разделать на филе. Филе нарезать узкими полосами, каждую из которых затем свернуть бантиком и закрепить деревянной зубочисткой. Подготовленные таким

образом бантики посолить, обвалять в молотых сухарях.

Яйца взбить венчиком в пену. Обмакнуть в яичную массу рыбные бантики, сложить их на противень, поместить в предварительно разогретую духовку и потомить в течение нескольких минут.

К столу готовое блюдо подавать горячим, сбрызнув лимонным соком и украсив мелко нарубленной зеленью петрушки.

Сиг с яблоками

500 г свежей рыбы, 3 яблока кислых сортов, 300 г картофеля, 1 луковица, 200 г сливочного масла, сок 1 лимона, 100 г пшеничной муки, соль по вкусу, зелень укропа.

Яблоки очистить от кожицы, вырезать сердцевину, удалить семена. Репчатый лук очистить, промыть, нашинковать. Картофель очистить от кожицы, тщательно промыть проточной водой, нарезать кубиками. Подготовленные таким образом яблоки и овощи переложить в заранее смазанную размягченным сливочным маслом посуду и тушить до полной готовности продуктов.

Свежую рыбу очистить от чешуи, хорошо промыть холодной водой, разделать на филе и отбить каждый кусочек с помощью специального молоточка, после чего натереть рыбу солью, выложить на предварительно разогретую и смазанную сливочным маслом сковороду и обжарить до образования хрустящей золотистой корочки. Готовую рыбу выложить на плоское блюдо и остудить.

В чистой сковороде размягчить оставшееся сливочное масло, всыпать предварительно просеянную пшеничную муку, мелко нарубленную зелень укропа, все сбрызнуть лимонным соком, перемешать и слегка спассеровать.

К столу готовую рыбу подавать с яблочно-овощной смесью, полив приготовленным ранее лимонно-мучным соусом и украсив веточками укропа.

Морская рыба в белом соусе

500 г свежей морской рыбы, 200 г готового рыбного бульона, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 200 г сливочного масла, 100 г грибов, 100 г белого вина, зелень укропа и петрушки.

Грибы очистить, хорошо промыть холодной водой, выложить в кастрюлю с кипящей водой и отварить до полной готовности. Свежую рыбу очистить от чешуи, срезать плавники, отрезать голову и хвост, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками, после чего переложить в предварительно смазанную слегка размягченным сливочным маслом посуду, залить готовым рыбным бульоном, положить измельченные корни петрушки и сельдерея, влить грибной отвар и белое вино и все тушить до полной готовности продуктов.

К столу готовое блюдо подают сразу после приготовления в варочной посуде, посыпав зеленью и мелко нарезанными отварными грибами.

Морская рыба с тертым сыром

500 г свежей морской рыбы, 200 г густой сметаны, 50 г хрена васаби, 200 г сыра твердых сортов, 100 г растительного масла, 50 г сливочного масла, соль по вкусу.

Свежую рыбу очистить от чешуи, тщательно промыть проточной водой и разделать на филе. Готовое филе нарезать небольшими кусками, натереть каждый солью и обжарить с двух сторон на разогретом растительном масле до образования золотистой корочки.

В чистой сковороде растопить сливочное масло, положить кусочки обжаренной рыбы, все посыпать натертым на мелкой терке сыром, залить сметанным соусом, приготовленным из сметаны с измельченным хреном васаби, и выпекать в сильно разогретой духовке в течение 5-7 минут.

Рыбу переложить на плоское блюдо, поверх нее положить кусочки сливочного масла и подать готовое блюдо к столу. Отдельно подать миски с соевым соусом.

Жареная камбала в крабовом масле

500 г свежей камбалы, 400 г воды, 500 г крабов, 200 г соевого

масла, 100 г пшеничной муки, молотый перец и соль по вкусу, зелень укропа и базилика.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, хвост и плавники, тщательно промыть и разделать на филе. Голову, плавники, кости и хвост промыть проточной водой, переложить в кастрюлю с кипящей водой и сварить бульон.

Крабов промыть, выложить в кастрюлю и отварить, после чего очистить от панцирей. Мясо нарезать маленькими кусочками. Соевое масло раскалить на разогретой сковороде, обжарить в нем кусочки крабов, затем всыпать молотый перец и соль. Половину масла слить.

Подготовленные куски рыбы обвалять в просеянной через мелкое сито пшеничной муке, обжарить в приготовленном ранее крабовом масле, после чего добавить рыбный бульон и тушить все до полной готовности.

Готовую рыбу и кусочки крабового мяса выложить на плоское блюдо, залить оставшимся растительным маслом и подать к столу, украсив веточками укропа и базилика.

Палтус с картофелем

300 г свежего палтуса, 300 г картофеля, 70 г молока, 150 г сыра твердых сортов, 100 г растительного масла.

Для приготовления соуса: 70 г соевого соуса, 70 г густой сметаны, 70 г соевого масла.

Свежую рыбу очистить от чешуи, отрезать плавники, голову и хвост, промыть проточной водой и разделать на филе. Филе нарезать небольшими кусками.

Картофель очистить от кожицы, хорошо вымыть, залить водой и отварить до полной готовности, после чего протереть через сито. Полученное пюре развести вскипяченным и слегка охлажденным молоком.

Соевый соус смешать со сметаной, добавить соевое масло и все тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции.

В посуде с высокими стенками разогреть растительное масло. Приготовленное ранее картофельное пюре разделить на две части: одну переложить слоем на дно посуды, поверх него положить подготовленные куски рыбы, сверху – слой картофельного пюре.

Сыр натереть на мелкой терке и выложить на пюре. Все

запекать в предварительно разогретой духовке на умеренном огне в течение 10-15 минут.

Готовую запеканку подать к столу, разрезав на порционные куски. Отдельно подать миски со сметанно-соевым соусом.

Маринованная треска

500 г свежей трески, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 5 горошин душистого перца, 1 маленький стручок горького перца, 50 г соевого соуса, зелень петрушки и укропа.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, не разрезая брюшка, и тщательно промыть проточной водой. Подготовленную таким образом рыбу переложить в кастрюлю, залить водой и отваривать в течение 3-5 минут. Бульон слить, рыбу положить в дуршлаг и вновь промыть.

Для приготовления маринада в посуду с кипящей водой положить перец горошком, измельченные корни петрушки и сельдерея и мелко нарезанный горький перец, все варить в течение 5-7 минут. В полученный маринад выложить подготовленную рыбу, добавить соевый соус и все варить до готовности.

К столу готовую рыбу подать, полив маринадом и украсив мелко нарубленной зеленью.

Треска с фасолью

500 г свежей трески, 200 г белой фасоли, 100 г сливочного масла, 150 г сыра твердых сортов, 3 яйца, 70 г соевого соуса, зелень укропа.

Белую фасоль залить холодной водой и оставить на несколько часов для вымачивания. По истечении необходимого времени фасоль промыть проточной водой, после чего переложить в кастрюлю и отварить до полной готовности, затем тщательно размять в пюре.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, хорошо промыть под струей воды и разделать на филе. Филе рыбы нарезать маленькими кусочками.

Сливочное масло выложить на разогретую сковороду с

высокими стенками и растопить, выложить слоем фасоль, поверх нее – подготовленные ранее кусочки рыбного филе, все посыпать натертым на мелкой терке сыром и залить слегка взбитыми венчиком яйцами. Запекать рыбу в предварительно разогретой духовке в течение 8-10 минут.

К столу блюдо подавать горячим, с соевым соусом.

Навага под томатным соусом

500 г свежей наваги, 200 г свежих помидоров, 1 луковица, 100 г растительного масла, половина стручка горького перца, зелень укропа и базилика.

Свежую рыбу очистить, выпотрошить, тщательно промыть проточной водой и нарезать небольшими кусками.

Помидоры обдать крутым кипятком, быстро снять кожицу, затем протереть через мелкое сито и процедить через марлю.

Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарубить. Зелень укропа и базилика мелко нарезать.

Растительное масло вылить на разогретую сковороду и раскалить, после чего спассеровать в нем нарезанный репчатый лук, добавить томатную смесь, измельченный горький перец и зелень базилика, выложить подготовленные куски рыбы. Посуду накрыть крышкой и все тушить до полной готовности.

К столу блюдо подать сразу после приготовления, украсив веточками укропа и базилика.

Сырая сельдь в маринаде

300 г свежей сельди, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, несколько горошин душистого перца, специи и соль по вкусу, 1 луковица, зелень петрушки.

Для приготовления маринада в кипяченую холодную воду опустить предварительно очищенные, тщательно промытые проточной водой и измельченные корни петрушки и сельдерея, добавить соль, горошины перца и специи. Все оставить на 2 дня в холодном месте.

Свежую рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, отрезать голову, хвост и плавники, хорошо промыть под струей холодной

воды и нарезать небольшими кусками. Залить рыбу приготовленным ранее маринадом и оставить на сутки в холодильнике.

К столу блюдо подавать охлажденным, посыпав нарезанным тонкими кольцами репчатым луком и мелко нарубленной зеленью петрушки.

Сельдь с грибами под соевым соусом

300 г соленой сельди, 15 г сухих чайных листьев, 70 г растительного масла, 100 г грибов, 70 г соевого соуса.

Соленую сельдь залить холодным чаем и вымачивать несколько часов, после чего нарезать небольшими кусочками, каждый из которых затем обжаривать в течение 3 минут с двух сторон.

Грибы перебрать, очистить, тщательно промыть проточной водой, отварить до готовности и нарезать тонкими ломтиками. Измельченными грибами посыпать подготовленные куски рыбы, залить их оставшимся после варки грибным бульоном и все тушить до полной готовности.

К столу тушеную сельдь с грибами подать с соевым соусом.

Запеканка из крабов

500 г крабового мяса, 200 г сыра твердых сортов, 30 г саке, 30 г томатного соуса, 50 г сливочного масла, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 50 г моркови, 1 луковица, 100 г готового рыбного бульона, зелень укропа.

Корни петрушки и сельдерея, морковь очистить, тщательно промыть проточной водой и нарезать маленькими кусочками.

Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарубить. Подготовленные таким образом овощи и коренья выложить на разогретую сковороду и обжарить в предварительно раскаленном сливочном масле, влить саке, добавить томатный соус и небольшое количество рыбного бульона. Крабовое мясо промыть под струей холодной воды, слегка обсушить полотенцем или салфеткой, переложить на предварительно смазанную маслом раскаленную сковороду, залить приготовленным ранее соусом,

посыпать натертым на мелкой терке сыром и запекать в разогретой духовке при умеренной температуре до готовности.

К столу блюдо подавать сразу после приготовления, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Грибная запеканка с крабами

500 г крабового мяса, 200 г риса, 100 г грибов, 100 г кунжутного масла, 2 г концентрата вейдзин, 200 г сыра твердых сортов, 30 г саке, 30 г томатного соуса, 30 г воды, 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, 50 г моркови, 1 луковица, 15 г растительного масла, зелень петрушки.

Корни петрушки, сельдерея и морковь очистить, тщательно промыть проточной водой, обсушить полотенцем или салфеткой и нарезать маленькими кусочками. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарубить.

Подготовленные овощи и коренья выложить на раскаленную сковороду с предварительно разогретым кунжутным маслом, влить саке, томатный соус, добавить концентрат вейдзин и небольшое количество воды, все тушить до готовности. Грибы очистить, нарезать маленькими кусочками, выложить на сковороду и слегка обжарить на масле, после чего положить кусочки промытого крабового мяса, залить все приготовленным ранее соусом и тушить до полной готовности продуктов.

Рис перебрать, хорошо промыть под струей холодной воды и отварить в подсоленной воде. Выложить его на сковороду, смазанную растительным маслом, смешать с крабами и грибами под соусом, все посыпать натертым на мелкой терке сыром и запекать в предварительно разогретой духовке в течение 10-15 минут. К столу запеканку подавать, разрезав на порционные куски и посыпав мелко нарубленной зеленью петрушки.

СЛАДКИЕ БЛЮДА И ДЕСЕРТЫ

Сладкие и десертные блюда японской кухни отличаются весьма своеобразным и приятным вкусом и готовятся по оригинальным рецептам, многие из которых сохранились с древних времен. Японские кулинары используют для

приготовления таких блюд различные фрукты и овощи, ягоды, орехи, молоко и молочные продукты.

В меню японцев широко распространены засахаренные фрукты и овощи. Большой популярностью пользуются засахаренные лепестки цветов, особенно хризантем, которые обладают необыкновенно приятным и нежным вкусом. Довольно часто жители Японии используют для приготовления сладких блюд ядра абрикосовых или персиковых косточек. Они обладают приятным своеобразным вкусом, и, более того, их употребление в пищу весьма полезно для здоровья: в ядрышках содержатся особые вещества – пектины, которые благоприятно влияют на деятельность желудка и кишечника.

Рис – традиционное для японцев кушанье, однако он используется не только для приготовления первых и вторых блюд, но и находит широкое применение в кондитерских изделиях. Сладкие и десертные блюда из риса различных сортов пользуются большой популярностью в Стране восходящего солнца. Так, например, японцы очень любят рисовые пирожные, которые подаются на рыбьей коже, сладкие пирожки из рисовой муки и т. п. К традиционным японским кондитерским изделиям относится и норимаки – блюдо, приготовленное из рисового теста и небольших ломтиков сырой рыбы.

Сладкая цветная капуста

1 кг цветной капусты, 20-25 г лимонного сока.

Для приготовления сиропа: 250 г сахара, 250 г воды.

Очистить созревшие соцветия цветной капусты, удаляя потемневшие места, обрезать стебли и промыть капусту в холодной проточной воде. Затем погрузить очищенные соцветия в посуду с холодной водой примерно на 1,5-2 часа (в воду можно добавить немного лимонного сока).

После этого откинуть капусту на дуршлаг, чтобы стекла вода, и залить крутым кипятком, добавив в него лимонный сок. Отваривать соцветия до тех пор, пока они не станут мягкими, готовую капусту разложить на тарелки и залить горячим сахарным сиропом. Подавать к столу в охлажденном виде.

Для приготовления сахарного сиропа нужно залить сахар кипящей водой и тщательно перемешать, после чего поставить посуду на слабый огонь и, доведя жидкость до кипения, варить ее до загустения, постоянно помешивая деревянной ложкой или

лопаточкой.

Креветки в сахаре

600-650 г креветок, 150 г растительного масла, 3 яичных белка, 70 г картофельного крахмала, 250 г муки (желательно пшеничной), 50 г воды, соль по вкусу.

Для приготовления сиропа: 250 г сахара, 250 г воды.

Креветки очистить, тщательно промыть в проточной воде. Разрезать каждую креветку пополам или на 3 части. В глубокую глиняную миску налить немного кипяченой воды, всыпать крахмал и муку, влить хорошо взбитые яичные белки, посолить и перемешать. Полученную смесь соединить с подготовленными кусочками креветок и еще раз тщательно перемешать.

В глубокую сковороду влить растительное масло, немного разогреть его на слабом огне и обжарить креветочную массу в течение 8-10 минут. Готовые креветки нужно выложить на блюдо или порционные тарелки.

Далее следует приготовить сладкий сироп: сахар залить кипящей водой и варить эту смесь до загустения, постоянно снимая образующуюся на поверхности воды пену. Готовый сироп необходимо остудить.

Креветки, разложенные на блюде или тарелках, залить охлажденным сахарным сиропом. Подавать блюдо к столу, украсив его свежими листиками салата.

Десерт из ядер абрикосов

300 г абрикосовых ядер, 50 г песочного печенья, 50 г свежих плодов абрикоса, 2 л воды.

Для приготовления сиропа: 800 г сахара, 1,2 л воды.

Ядра из абрикосовых косточек положить в миску и залить их кипящей водой. Оставить на несколько минут, затем осторожно слить воду и отделить кожицу от распаренных ядер абрикоса. Из очищенных ядер приготовить пюреобразную массу. Плоды абрикосов, освобожденные от косточек, очистить от кожицы, вымыть в холодной воде и нарезать мелкими кубиками. Песочное печенье измельчить ножом.

Массу из размятых абрикосовых ядер залить теплой кипяченой водой, хорошо перемешать, разлить в формочки или небольшие мисочки и поместить в холодильник. Когда смесь застынет, аккуратно разрезать ее ножом на небольшие квадратики или треугольники.

Сахар залить кипящей водой и варить сироп при постоянном помешивании до загустения. Остудить готовый сироп при комнатной температуре.

Ломтики застывшей абрикосовой массы выложить на блюдо, залить сахарным сиропом, а сверху посыпать смесью из мелко нарезанных свежих абрикосов и крошек песочного печенья. Можно подавать к столу со свежими или консервированными ягодами.

Рис сладкий десертный

250-300 г белого риса, 70 г сахара, 80 г сливочного масла, 1 л воды, 200 г сливок.

Рисовую крупу несколько раз промыть холодной водой, залить свежей водой и поставить на умеренный огонь. Отварить рис до полуготовности, после чего снять с огня и откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода. Затем довести рис до готовности на пару.

Растопить кусочек сливочного масла и заправить готовый рис. Посыпать его сахаром, залить сливками. Сладкий рис следует подавать к столу в теплом виде.

Десерт молочный с орехами и изюмом

1 л молока, 10 г изюма, 100 г сахара, 25 г саке, 15 г очищенных грецких орехов, 10 г очищенных кедровых орешков, 5 г абрикосовых ядер, корица и арахисовое масло по вкусу.

Грецкие и кедровые орехи очистить от кожицы, ядра измельчить ножом. Ядрышки из абрикосовых косточек разделить на половинки. Измельченные ядра абрикосов и орехов хорошо перемешать в глиняной миске. Сюда же добавить изюм, предварительно промыв его в холодной воде и обсушив.

Молоко вскипятить на сильном огне, добавить в него сахар и

корицу, а после этого влить саке тонкой струйкой.

Кипячение полученной смеси следует продолжать до тех пор, пока жидкость не выпарится. После этого огонь нужно уменьшить и небольшими порциями добавить в посуду массу из рубленых орехов и ядер абрикоса. Ее следует обжаривать в течение 10-12 минут при постоянном помешивании деревянной лопаточкой.

Когда ореховая масса начнет приобретать красноватый оттенок, ее нужно снять с огня и выложить на блюдо, слегка смазанное арахисовым маслом. После того как масса немного охладится, нарезать ее небольшими прямоугольниками или квадратиками. Подавать блюдо к столу можно с молоком или сливками.

Рисовый десерт с яблоками

1 кг кисло-сладких яблок, 1,5 л молока, 400 г риса, 50 г сахара, цедра 1 лимона, 20 г ядер грецких орехов, корица и соль по вкусу.

Рис тщательно промыть в холодной воде. Молоко налить в кастрюлю, добавить немного соли и поставить на умеренный огонь. Не доводя молоко до кипения, положить в него подготовленный рис и отварить до готовности.

Посуду с рисом снять с огня. Слегка охлажденный рис переложить в большую глиняную миску или на блюдо.

Яблоки вымыть, обсушить, очистить от кожицы, удалить сердцевину с семенами и нарезать тонкими дольками. Смешать нарезанные яблоки с корицей, сахаром, тертой цедрой лимона и уложить их на отварной рис сверху. Очищенные грецкие орехи мелко нарубить или истолочь в ступке и посыпать ими готовое блюдо перед подачей к столу.

Картофель жареный сладкий

1 кг картофеля, 150 г сахара, 180-200 г воды, 15 г кукурузного или соевого масла, 40 г крахмала.

Картофель очистить, вымыть в проточной воде, обсушить. Каждый клубень нужно нарезать крупными кружочками и выложить на противень, обильно смазанный кукурузным или соевым маслом.

Противень поставить в духовку и обжарить картофель на умеренном огне в течение нескольких минут до образования светло-коричневой хрустящей корочки. В алюминиевой кастрюле вскипятить воду, затем влить туда предварительно разведенный в холодной воде крахмал, помешать, добавить сахар и варить сироп на медленном огне, периодически помешивая массу деревянной лопаточкой и снимая пену, образующуюся на поверхности.

Когда сироп будет готов (масса должна загустеть), нужно выложить в него ломтики обжаренного картофеля и варить их в сиропе в течение 3-4 минут. После этого вынуть ломтики сладкого картофеля из сиропа, выложить их на блюдо и, не охлаждая, подать к столу. В качестве украшения для этого десерта можно использовать свежие листики зеленого салата.

Орехи с корицей и медом

250 г ядер грецких орехов, 15 г кукурузного масла, 70-80 г меда, 20 г сахарной пудры, корица по вкусу.

Очищенные грецкие орехи залить на несколько минут кипятком, затем откинуть на дуршлаг, дав воде стечь. Мелко нарезать распаренные ядра орехов и выложить их на сковороду, смазанную растительным маслом.

Обжаривать орехи на раскаленной сковороде в течение 5-7 минут, после этого выложить их в глиняную миску. Мед (желательно цветочный) растопить на водяной бане, слегка остудить и смешать с обжаренными ядрами орехов.

Подавая готовое блюдо к столу, посыпать орехи сахарной пудрой, смешанной с корицей. Этот десерт можно подавать как в теплом, так и в холодном виде.

Десерт из персиков с сахаром

250 г свежих или консервированных персиков, 2 яичных белка, 40 г сахара, 25 г муки, 40 г кукурузного или соевого масла, 10 г семян кунжута, 20 г воды.

Персики вымыть, обсушить (у консервированных слить сок), освободить от косточек, разделив плоды пополам. Каждую половинку персика разрезать еще на несколько частей.

Тщательно взбить яичные белки, добавить кипяченую воду и муку, хорошо перемешать. В полученное тесто обмакнуть нарезанные ломтиками персики и обжарить их на сковороде, смазанной кукурузным или соевым маслом.

На другую сковороду налить оставшееся растительное масло, разогреть его на умеренном огне, добавить сахар. Когда сахар растопится в масле, выложить на сковороду обжаренные персики. Перемешать массу деревянной лопаточкой и снять с огня.

Выложить готовые персики на блюдо, посыпать их сахарной пудрой и семенами кунжута. К столу подавать в охлажденном виде.

Сладкие шарики из теста

400 г пшеничной муки, 400 г воды, 15 г сахара, дрожжи, фруктовый или ягодный сироп по вкусу.

Дрожжи развести в теплой кипяченой воде, предварительно добавив в нее сахар. После этого небольшими порциями всыпать муку, постоянно помешивая массу. Полученное тесто поставить в теплое место и дать ему постоять в течение 2-2,5 часов.

Пока тесто бродит, его необходимо периодически обминать пальцами. Прежде чем разделывать тесто, нужно еще раз хорошо вымесить его, добавляя при необходимости муку.

Готовое тесто разделить на небольшие кусочки, из которых скатать шарики диаметром примерно 1,5-2 см. Шарики из теста опустить в кипящую воду с добавлением сахара и варить до готовности. Затем откинуть их на дуршлаг, чтобы стекла жидкость, и выложить на широкое блюдо.

Полить шарики горячим фруктовым или ягодным сиропом. К столу подавать в горячем виде.

Десерт вишнево-персиковый

2 кг свежих персиков, 150 г свежих плодов вишни, 100 г сахарной пудры, 200 г сахара, 10-15 г корицы, 25-30 г измельченных грецких орехов или миндаля.

Персики вымыть в холодной воде, аккуратно снять с плодов кожицу и разделить на половинки, удаляя косточки. Половинки

персиков нарезать небольшими ломтиками. Каждый ломтик обвалять в сахарной пудре и варить персики на водяной бане в течение 10-12 минут.

Из воды и сахара приготовить сироп, проварив его до загустения. Добавить в сироп корицу, выложить ломтики персиков и довести массу до кипения, постоянно помешивая ее деревянной лопаточкой. Затем вынуть персики из сиропа, переложив их на широкое блюдо.

Плоды вишни освободить от косточек и промыть в холодной воде. Уложить вишни на засахаренные ломтики персиков и полить сверху оставшимся после варки сахарным сиропом. Дополнительно можно украсить десерт ядрами грецких орехов или миндаля.

Десерт банановый

3 спелых банана, 50 г песочного печенья, 100 г фиников, 2 яйца, 30 г крахмала, 150 г кукурузного или соевого масла, 40 г сахара или сахарной пудры, 25 г муки.

Бананы очистить от кожицы и нарезать их тонкими кружочками. Тонкими ломтиками нарезать плоды фиников, освобожденные от косточек, и песочное печенье. На каждый ломтик печенья уложить по кусочку банана и финика, посыпать мукой и обмакнуть в смесь, состоящую из тщательно взбитого яичного белка и крахмала.

Полученные банановые пирожные выложить на противень, обильно смазанный кукурузным или соевым маслом, и поместить в умеренно разогретую духовку. Обжаривать в течение 2-3 минут при невысокой температуре, затем вынуть готовый десерт из духовки, выложить его на предварительно подогретое фаянсовое блюдо и посыпать сахарным песком или сахарной пудрой.

Десерт из жареного арбуза

0,5 кг спелой мякоти арбуза, 200 г соевого или подсолнечного масла, 50 г воды, 50 г пшеничной муки, 2 яичных белка, 60 г картофельного крахмала, листья салата.

Арбуз вымыть, обсушить, разрезать на несколько частей,

отделить мякоть от корок. Освобожденную от семян мякоть нарезать небольшими ломтиками и обвалять каждый ломтик в пшеничной муке.

Яичные белки тщательно взбить, добавить крахмал и воду и перемешать еще раз. В полученную смесь обмакнуть подготовленные арбузные ломтики.

В глубокой сковороде разогреть растительное масло и выложить туда смазанные белковой массой кусочки арбузной мякоти. Обжаривать до образования румяной корочки. Затем выложить ломтики арбуза на блюдо, полить оставшимся после жаренья маслом, украсить свежими листиками салата и подавать к столу.

Сладкие яблоки с медом

1 кг свежих яблок сладких сортов, 100 г сахара, 300 г воды, 100 г меда, корица на кончике ножа.

Яблоки очистить, срезать с них кожицу, разрезать на аккуратные небольшие дольки, удаляя сердцевину и семена. Промыть подготовленные яблочные дольки в холодной проточной воде.

На дно большого глиняного или фаянсового блюда насыпать сахар, выложить на него яблочные дольки, сверху также посыпать сахаром и поставить на водяную баню. Варить яблоки на пару следует в течение 12-15 минут. Выделившийся в ходе варки сладкий сироп нужно слить в отдельную посуду.

Готовые яблочные дольки выложить на блюдо и слегка остудить.

Вскипятить в отдельной посуде воду, добавить туда оставшийся после варки яблок сладкий сироп, всыпать сахар и прокипятить всю смесь в течение 2-3 минут. Затем добавить мед и корицу и продолжать варить эту массу до тех пор, пока она не станет прилипать к опущенной в нее ложке.

Готовый густой сироп нужно немного остудить, а затем залить им яблочные дольки, выложенные на блюдо. После этого сразу же подавать десерт к столу.

Рыбное филе с цукатами

300 г морской рыбы, 150 г сахара, 3-4 яйца, 250 г соевого или кукурузного масла, 80 г картофельного крахмала, 150 г воды, 10 г цукатов.

Рыбу очистить, выпотрошить, удалить голову и плавники, промыть в холодной проточной воде. Затем нарезать рыбу небольшими порционными кусками и отделить мясо от костей.

Яйца тщательно взбить и перемешать с крахмалом, разведенным в небольшом количестве холодной воды. Полученной смесью густо смазать подготовленные кусочки рыбного филе.

Налить на сковороду соевое или кукурузное масло, немного разогреть его и выложить кусочки рыбы. Обжаривать рыбу до появления румяной корочки. Затем выложить жареное рыбное филе в отдельную посуду и дать маслу стечь.

В кастрюлю налить полстакана воды, добавить сахар и поставить на умеренный огонь. Разогревать смесь до тех пор, пока сахар не растворится в воде и сироп не загустеет. После этого обжаренные кусочки рыбного филе опустить в полученный сладкий сироп и варить их на слабом огне в течение 2 минут, периодически переворачивая с помощью деревянной лопаточки.

Готовую рыбу переложить на блюдо, слегка остудить и украсить сверху мелко нарезанными цукатами. К столу сладкое рыбное филе следует подавать в теплом виде.

Сладкие палочки из теста

250 г соевого масла, 50 г сахара, 30 г кукурузной муки, 30 г пшеничной муки, 15 г сливочного масла, 4 яичных желтка, 250 г воды, несколько капель сладкого саке, 20-25 г сахарной пудры или сладкого соевого соуса.

Пшеничную и кукурузную муку, сахар, 50 г воды и яичные желтки тщательно перемешать в глубокой миске. В полученную однородную массу добавить немного сладкого саке и еще раз хорошо перемешать. Из готового теста сформовать лепешку.

В кастрюлю налить 200 г холодной воды, вскипятить, затем убавить огонь и опустить в кипящую воду лепешку из теста.

Варить лепешку на слабом огне в течение 10-12 минут, после этого осторожно вынуть ее лопаткой, выложить на блюдо, обильно смазанное сливочным маслом. Немного остудить, затем нарезать лепешку тонкой соломкой. Можно посыпать готовое

блюдо небольшим количеством кукурузной муки.

В глубокую сковороду налить соевое масло, в течение 1-2 минут прогреть его на слабом огне, после чего выложить на дно сковороды соломку из теста и обжарить ее до образования золотисто-коричневой корочки.

Перед подачей к столу палочки из теста можно посыпать сахарной пудрой или полить сладким соевым соусом.

Шарики из фасоли

250 г фасоли, 3-4 яичных белка, 100 г кукурузной муки, 300 г кунжутного или кукурузного масла, 120-125 г сахара или сахарной пудры.

Яичные белки тщательно взбить так, чтобы образовалась густая пена. Затем соединить белки с кукурузной мукой и перемешать до получения однородной массы.

Фасоль промыть в холодной проточной воде, залить свежей водой и замочить в ней на 7-8 часов. После этого отварить фасоль в кипящей несоленой воде до готовности.

Отварную фасоль откинуть на дуршлаг или сито, чтобы стекла жидкость, немного остудить. Затем приготовить из фасоли однородную пюреобразную массу и сформировать из нее шарики диаметром примерно 2-3 см.

В глубокую сковороду налить кунжутное или кукурузное масло, прогреть его на слабом огне в течение 1-2 минут. Каждый шарик из фасоли обмакнуть во взбитую смесь из яичных белков и муки, а затем выложить на сковороду и обжарить в масле до образования румяной корочки.

Готовые шарики выложить на блюдо и посыпать сахаром или сахарной пудрой. Подавать к столу горячими или немного охлажденными. Этот десерт можно подать к чаю.

Десерт из персиковых ядер

150 г ядер персиков, 1 л воды, 15 г желатина, несколько капель сладкого саке.

Для приготовления сиропа: 150 г сахара, 200 г воды, 40-60 г персикового сиропа.

Налить в глубокую миску кипяток и погрузить туда персиковые ядра на несколько минут. После этого вынуть их с помощью шумовки и откинуть на сито для стекания воды.

С охлажденных и обсушенных персиковых ядрышек снять кожицу и мелко растолочь их в ступке. Затем добавить небольшое количество воды, хорошо перемешать, следя за тем, чтобы не образовывались комочки. В результате получится густая кашицеобразная масса. Ее следует процедить через марлю, сложенную в 2-3 слоя.

Желатин положить в отдельную миску и замочить его на 30-35 минут в воде комнатной температуры.

В кастрюлю налить примерно 0,7-0,8 л воды, довести ее до кипения, а затем тонкой струйкой влить в кипящую воду разведенный желатин. При этом массу нужно постоянно помешивать.

После того как желатиновая смесь охладится до комнатной температуры, следует добавить пюреобразную массу из персиковых ядер, влить несколько капель сладкого саке, тщательно перемешать, а затем довести всю массу до кипения на умеренном огне.

Готовую желеобразную массу разлить в небольшие фигурные формочки, остудить до комнатной температуры и после этого поставить для застывания в холодильник.

Из сахара, воды и персикового сиропа сварить густой сироп, немного остудить его. Перед подачей к столу полить готовым сиропом желе из персиковых ядер, выложенное из формочек на тарелки.

Желе с клубникой

Несколько ягод клубники, 10 г агар-агара, 300 г сахара, 2 яйца, 400 г воды, 10 г лимонного сока.

Предварительно размягченный агар-агар переложить в маленькую кастрюлю, залить водой и оставить на 30-40 минут, после чего поставить посуду на огонь и довести до кипения при постоянном помешивании, до полного растворения агар-агара.

Готовую смесь процедить через мелкое сито или сложенную в два слоя марлю, вновь поставить на огонь и вскипятить, затем всыпать необходимое количество сахара и проварить смесь до полного его растворения.

Яичные белки отделить от желтков и взбить с помощью

венчика в крепкую пену, после чего смешать с агар-агаром и взбивать до получения клейкой массы. В полученную смесь добавить лимонный сок и вновь все хорошо взбивать в течение минуты.

Затем облить полученное желе водой и, украсив половинками ягод клубники, подать к столу.

Абрикосовое желе

1 кусочек агар-агара, 100 г кураги, 400 г воды, 10 г сахара, 10 г лимонного сока.

Кусочек агар-агара разделить на 3-4 части, залить холодной кипяченой водой и оставить на 15-20 минут для набухания.

По истечении указанного времени воду слить и положить агар-агар в чистую посуду. Туда же выложить тщательно промытую проточной водой курагу, залить холодной водой, поставить на огонь и варить в течение 15-20 минут до размягчения.

После этого отвар слить, а курагу залить чистой водой, положить сахар и влить лимонный сок. Отваренную курагу размять в пюре. При необходимости его можно разбавить небольшим количеством воды. В чистой посуде смешать пюре, агар-агар, влить немного воды, полученную массу переложить в кастрюлю и тушить на медленном огне при постоянном помешивании до полного растворения агар-агара и крупинок сахара.

Готовое желе разлить в формочки и остудить, после чего подать к столу, украсив маленькими кусочками кураги.

Мандарины в сахарном сиропе

3 кг мандаринов, 15 г саке, 300 г сахара, 150 г воды.

Мандарины очистить от кожицы, промыть проточной водой и обсушить полотенцем и салфеткой, после чего на каждом с помощью маленького острого ножа сделать небольшие вертикальные надрезы и удалить семена.

Подготовленные таким образом плоды выложить в посуду с высокими стенками, залить холодной кипяченой водой, влить

саке, поставить кастрюлю на огонь, довести все до кипения, убавить огонь и тушить в течение 10-15 минут.

Отваренные мандарины обсушить полотенцем или салфеткой. В оставшийся отвар положить сахар и влить воду, все перемешать и вскипятить до образования сиропа. В готовый сироп опустить подготовленные и охлажденные до комнатной температуры мандарины и вновь поварить в течение 8-10 минут, затем откинуть на дуршлаг и дать стечь излишкам сиропа.

К столу блюдо подавать охлажденным до комнатной температуры.

Батат с каштанами в меду

300 г консервированных каштанов, 700 г батата, 200 г сахара, 30 г десертного вина, 300 г меда.

Клубни батата очистить от кожицы, тщательно промыть проточной водой и отварить до готовности, после чего обсушить полотенцем или салфеткой.

В миксер положить отваренный батат и взбить до получения массы однородной консистенции. В полученное пюре всыпать сахар, влить вино, поставить на огонь и все варить в течение 10 минут при постоянном помешивании.

В завершение варки положить измельченные каштаны, все перемешать и варить еще 3 минуты. К столу батат с каштанами подавать, полив слегка подогретым цветочным медом.

Каштаны с вином и ямсом

400 г консервированных каштанов, 500 г ямса, 100 г сахара, 20 г десертного вина.

Консервированные каштаны вынуть из банки, обсушить полотенцем или салфеткой, после чего разрезать на половинки или измельчить.

Клубни ямса очистить от кожицы, нарезать тонкими пластинками, переложить в посуду, залить холодной кипяченой водой и оставить на 15 минут. По истечении указанного времени ямс обсушить полотенцем или салфеткой и с помощью миксера истолочь в пюре.

Полученное ямсовое пюре переложить в посуду с высокими стенками, всыпать сахар и все тщательно перемешать, добавить каштановый сироп. Кастрюлю поместить на огонь и все варить при умеренном кипении и постоянном помешивании в течение 3-4 минут. Пюре выложить на тарелку, немного остудить, после чего разложить на доске и остудить.

Измельченные каштаны залить десертным вином, все перемешать и завернуть каждый каштан в приготовленную ранее пастилу из ямса.

К столу блюдо можно подавать сразу после приготовления.

Батат в сахаре

200 г батата, 50 г растительного масла, 30 г сахара, 10 г воды, 10 г темных семян кунжута.

Батат очистить от кожицы, тщательно промыть проточной водой, после чего каждый клубень разрезать пополам, а затем – косыми ломтиками. Залить сладкий картофель водой и оставить на 10-15 минут для вымачивания. По истечении указанного времени ломтики вынуть и обсушить полотенцем или салфеткой.

Растительное масло разогреть на предварительно раскаленной сковороде и обжарить в нем подготовленные ранее ломтики картофеля до образования румяной корочки. Жареный картофель переложить в дуршлаг и дать стечь излишкам масла.

В мелкой посуде смешать сахар и воду. Поставить кастрюлю на огонь и довести до кипения при постоянном помешивании. Кунжутные зерна слегка обжарить на сковороде и высыпать в горячий сахарный сироп.

Готовые ломтики картофеля разложить на столе или доске, после чего каждый обмакнуть сначала в сироп, затем опустить в холодную воду, после чего выложить на плоское блюдо и подать к столу.

Сладкие шарики из батата

500 г батата, 100 г сахара, 80 г изюма, соль по вкусу.

Сладкий картофель очистить от кожицы, хорошо промыть проточной водой и нарезать маленькими ломтиками, после чего

залить холодной водой и оставить на 15 минут для вымачивания.

Подготовленный батат отварить до готовности на пару, затем обсушить полотенцем или салфеткой и истолочь в пюре с добавлением сахара и соли. В картофельную массу добавить предварительно промытый, вымоченный в воде и обсушенный изюм и все хорошо перемешать. Из полученной смеси сформовать шарики одинакового размера.

К столу шарики подавать сразу после приготовления, украсив каждый изюминкой.

Сахарные лепешки

10 г цветочного меда, 40 г теплой кипяченой воды, 1 яйцо, 400 г пшеничной муки, 100 г холодной воды, 50 г растительного масла, 200 г сахара, соль по вкусу, 5 г погашенной в уксусе соды, мороженое или фруктовый шербет.

В чистую посуду положить мед, добавить соль и влить теплую кипяченую воду. Все тщательно размешать, вбить яйцо и еще раз перемешать до получения массы однородной консистенции.

Смешать половину указанного количества пшеничной муки с содой, добавить воду и все тщательно перемешать. Замесить тесто и сформовать из него колбаску толщиной около 1 см, после чего разрезать ее на маленькие кусочки, каждый из которых затем раскатать в лепешку. Полученные лепешки обвалять в предварительно просеянной муке и обжарить в заранее разогретом растительном масле в течение 2-3 минут. Лепешки вынуть, переложить на бумажные салфетки и слегка обсушить.

В неглубокую посуду положить сахар, добавить холодную кипяченую воду, все перемешать, поставить на слабый огонь и нагревать при постоянном помешивании до получения сиропа.

Обмакнуть в полученный сироп приготовленные ранее лепешки и подать к столу с мороженым или фруктовым шербетом.

Десерт с клубникой и киви

Для приготовления лимонного крема: 3 яйца, 100 г сахара, 50 г муки, 300 г молока, 10 г лимонного сока, 10 г лимонного ликера.

Для приготовления желе: 10 г агар-агара, 10 г сахара, 10 г ликера, свежие листочки мяты.

Для украшения: 3 киви, 15 ягод клубники.

Для того чтобы приготовить лимонный крем, нужно хорошо взбить яичные желтки, всыпать сахар и все тщательно растереть с добавлением предварительно просеянной через сито муки. Все хорошо перемешать до получения массы однородной консистенции.

Полученную смесь разбавить теплым молоком и вновь перемешать, после чего процедить через сито.

Крем перелить в чистую посуду, поставить на медленный огонь и нагревать при постоянном помешивании до получения густой массы. Смесь довести до кипения, затем снять с огня и слегка остудить, добавить лимонный сок, лимонный ликер и все перемешать. Готовый крем выложить в кремовницы, сверху положить очищенное и нарезанное тонкими кружками киви и промытые ягоды клубники.

Для приготовления желе довести до кипения воду, добавить агар-агар и сахар. Все перемешать и перелить в чистую посуду, поставить на огонь и нагревать, не доводя до кипения, при постоянном помешивании, до полного растворения сахара и агар-агара. Готовую массу снять с огня, влить ликер и хорошо перемешать.

Готовым желе залить крем, сверху положить маленькие листочки мяты, поместить в холодильник и подать к столу охлажденным.

Японские сладости

100 г рисовой муки, 20 г сахара, 50 г теплой кипяченой воды, соль по вкусу.

Для украшения: 10 г сахара, 3 г порошка корицы, 5 г кунжутного семени.

В чистой посуде смешать рисовую муку с сахаром и солью, добавить теплую кипяченую воду и все перемешать. Замесить тесто и сформовать из него несколько небольших шариков. Колобки выложить в посуду и отварить на пару в течение 20-30 минут. Готовые шарики выложить на стол или разделочную доску, соединить и хорошо вымесить, после чего вновь сформовать шарики.

В чистую кастрюлю всыпать сахар, добавить молотую корицу

и все перемешать. Кунжутные зерна слегка обжарить на сухой сковороде и затем смешать с сахаром. Половину приготовленных колобков обвалять в коричной смеси, а вторую половину – в кунжутной. После этого на маленькие шампуры поочередно нанизать белые и темные шарики и подать блюдо к столу.

Сливовые колобки

150 г картофельного крахмала, 250 г холодной кипяченой воды, 20 свежих или консервированных слив, 200 г сливового сиропа, 200 г сахара.

Консервированные сливы обсушить полотенцем или салфеткой. Свежие сливы хорошо промыть проточной водой и также обсушить.

В чистую посуду влить воду, всыпать крахмал, перемешать, добавить сахар, сливовый сироп, все еще раз тщательно перемешать и вылить на сковороду. Прогреть смесь на умеренном огне при постоянном помешивании до получения густой массы. Массу снять с огня и слегка остудить.

Сухой ложкой взять небольшое количество крахмальной смеси, выложить ее на пищевую полиэтиленовую пленку, разровнять обратной стороной ложки, в центр каждой полученной лепешки положить сливу, скрепить пленку в верхней части и зафиксировать с помощью деревянной зубочистки, после чего опустить в посуду с холодной водой.

Обернутые пленкой колобки поместить на паровую баню и прогревать в течение 5 минут, затем вновь опустить их в холодную воду и после этого поместить в холодильник. К столу блюдо подать охлажденным.

Печеные яблоки с корицей

200 г сладких яблок, 50 г сливочного масла, 30 г сахара или сахарной пудры, 2 г молотой корицы.

Яблоки промыть проточной водой, обсушить полотенцем или салфеткой, разрезать пополам и удалить сердцевину и семена.

После этого выложить подготовленные фрукты на плоское блюдо, в образовавшиеся углубления положить небольшое

количество сливочного масла, все посыпать сахаром или сахарной пудрой, корицей и поместить в духовку. Выпекать при умеренной температуре в течение 10-15 минут.

К столу блюдо подавать слегка охлажденным.

Печеные яблоки с орехами

500 г кислых яблок, 50 г малинового или вишневого джема, 50 г измельченных грецких орехов, 50 г сливочного масла, 2 г корицы, 2 г кардамона.

Яблоки вымыть под струей холодной воды, обсушить полотенцем или салфеткой, после чего осторожно, стараясь не повредить плоды, вырезать сердцевину и семена. Заполнить углубление малиновым джемом и рублеными ядрами грецких орехов, предварительно смешанными с корицей и кардамоном. Поверх начинки положить кусочки сливочного масла. Каждое яблоко обернуть листом фольги, поместить в предварительно разогретую духовку и запечь в течение 20-30 минут.

К столу яблоки подавать, вынув из фольги и слегка охладив.

Печеные яблоки с кокосом

500 г яблок, 50 г кокосовой стружки, 100 г слив, 30 г малины, 20 г измельченных ядер грецких орехов, 50 г сахара или сахарной пудры.

Яблоки тщательно промыть проточной водой, очистить от кожицы, срезать верхнюю часть и удалить сердцевину и семена.

Для приготовления начинки смешать мякоть слив с ягодами малины, в полученную массу добавить кокосовую стружку, измельченные орехи и сахар или сахарную пудру, все хорошо перемешать. Заполнить яблоки приготовленной начинкой, закрыть крышечками-верхушками, зафиксировать их и запечь фаршированные фрукты в предварительно разогретой духовке в течение 20-30 минут.

К столу яблоки подавать, слегка охладив, на широком плоском блюде.

Фаршированные яблоки с рисом

500 г кислых яблок.

Для приготовления начинки: 100 г отварного риса, 20 г сахара или сахарной пудры, молотая гвоздика, молотая корица.

Рис перебрать, тщательно промыть проточной водой, опустить в кастрюлю с кипящей водой и отварить до готовности. Отварной рис смешать с сахаром или сахарной пудрой и добавить пряности, все перемешать до получения массы однородной консистенции. Яблоки промыть, обсушить полотенцем или салфеткой, осторожно удалить сердцевину и семена и заполнить яблоки приготовленной ранее начинкой. Фаршированные яблоки выложить на противень, поместить в предварительно разогретую духовку на 15-20 минут.

К столу блюдо подавать, слегка охладив.

Фаршированные яблоки с творогом

500 г яблок, 100 г творога, 30 г сахара или сахарной пудры, 1 яичный желток, 30 г изюма без косточек, 20 г манной крупы, 50 г сливочного масла.

Творог протереть через мелкое сито, добавить предварительно промытый и вымоченный изюм, сахар или сахарную пудру, манную крупу, растопленное сливочное масло и слегка взбитый яичный желток.

У яблок срезать верхушку и удалить сердцевину и семена. В образовавшиеся углубления положить приготовленную смесь, переложить их на противень, поместить в разогретую духовку и запекать в течение 10 минут.

К столу яблоки подавать, слегка охладив.

Печеные груши с творожной начинкой

500 г груш.

Для приготовления начинки: 20 г лимонного сока, 100 г творога, ванилин, корица.

Груши хорошо вымыть под струей холодной воды, после чего

разрезать каждую на половинки и удалить сердцевину и семена.

Мякоть выскоблить ложкой и соединить с растертым творогом, лимонным соком, ванилином и корицей. Заполнить полученной начинкой подготовленные ранее груши и запечь в разогретой духовке в течение 5-10 минут.

К столу блюдо подавать слегка охлажденным.

Десерт из яблок

1 кг яблок, 100 г пшеничной муки, 50 г сливочного масла, 30 г сахара, 30 г сахарной пудры, 4 яйца, 100 г молока, 200 г топленого масла, соль по вкусу.

Для приготовления теста растопленное сливочное масло смешать со взбитыми яичными желтками, добавить небольшое количество молока, всыпать просеянную через сито муку, сахар, все посолить, перемешать и разбавить оставшимся молоком. В полученную массу добавить взбитые в крепкую пену яичные белки и все вновь перемешать.

Яблоки промыть проточной водой, очистить от кожицы, удалить сердцевину и семена, нарезать кружками толщиной не более 0,5 см, разложить их на плоском блюде, пересыпать сахаром и оставить на несколько минут.

После этого каждый кружок яблока наколоть на вилку, обмакнуть в приготовленное тесто и обжарить в раскаленном топленом масле до образования румяной корочки.

Готовые яблоки переложить на блюдо, посыпать сахарной пудрой и подать к столу.

Жареный ананас

200 г пшеничной муки, 1 ананас, 1 яйцо, 20 г сахара, 100 г молока, 50 г сахарной пудры, 300 г жира.

Ананас нарезать тонкими дольками. Смешать просеянную муку, яйца, сахар и молоко, замесить жидкое тесто. Подготовленные дольки ананаса обмакнуть в приготовленное тесто, выложить в сковороду с кипящим жиром и жарить до образования румяной корочки.

Готовые ломтики выложить на блюдо, посыпать сахарной

пудрой, слегка остудить и подать к столу.

Апельсины, жаренные во фритюре

1 кг апельсинов, 100 г пшеничной муки, 100 г кипяченой воды, 3 яичных белка, 100 г сахарной пудры, 300 г растительного масла.

Апельсины очистить от кожуры, разделить на дольки и удалить семена. Смешать просеянную муку, воду и взбитые яичные белки, замесить жидкое тесто-кляр. Каждую дольку апельсина обмакнуть в приготовленный кляр и обжарить в сильно разогретом растительном масле до образования корочки золотистого цвета.

Перед подачей к столу посыпать готовые изделия сахарной пудрой.

Яблоки в кляре с ромом

1 кг яблок, половина лимона, 30 г рома, 30 г сахара, 100 г кляра, 20 г водки, 2 г молотой корицы, 500 мл растительного масла для жарки.

Яблоки нарезать тонкими ломтиками, натереть каждый лимоном, сложить в тарелку, залить ромом, посыпать сахаром, накрыть другой тарелкой и оставить на 30 минут.

Разогреть в сковороде растительное масло, добавить водку, затем каждый ломтик яблока обмакнуть в приготовленный кляр и обжарить во фритюре. Дать немного обсохнуть, сложить на плоскую тарелку или блюдо, посыпать сахаром, предварительно смешанным с корицей, и поставить на 15 минут в разогретую духовку.

Запекать до образования румяной корочки.

К столу блюдо подать охлажденным.

Яблоки с ромом

1 кг яблок, 200 г пшеничной муки, 200 г молока, 20 г рома, 4

яйца, 20 г сахара, 50 г сахарной пудры, 300 г топленого масла.

Белки отделить от желтков и хорошо взбить венчиком в крепкую пену. Желтки растереть с сахаром и соединить с белковой пеной. Для кляра в ранее приготовленную массу всыпать просеянную через сито муку и ввести молоко, заранее смешанное с ромом.

Яблоки промыть проточной водой, очистить от кожицы, удалить сердцевину и семена и нарезать тонкими ломтиками, каждый из которых затем обмакнуть в кляр и обжарить в раскаленном масле.

Перед подачей к столу ломтики яблок посыпать сахарной пудрой.

Яблоки с коньяком

1 кг яблок, 30 г коньяка, 20 г сахара, 20 г сахарной пудры, корица.

Для приготовления кляра: 100 г пшеничной муки, 20 г оливкового или соевого масла, 200 г кипяченой воды, пива или сметаны, 2 яичных белка, 200 г топленого масла.

Яблоки промыть проточной водой, очистить, удалить сердцевину и семена и нарезать кружками толщиной не менее 1 см. Залить их смесью, приготовленной из коньяка и сахара, и оставить на час.

Тем временем приготовить кляр. Для этого яичные белки хорошо взбить, соединить с просеянной мукой, оливковым или соевым маслом, водой, пивом или сметаной и все тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции.

Кружки яблок обмакнуть в полученную массу и затем обжарить во фритюре до образования корочки золотистого цвета.

Готовые фрукты выложить в сито или дуршлаг, дать стечь лишнему маслу и остудить.

Перед подачей к столу яблоки посыпать сахарной пудрой, смешанной с корицей.

Вишня в тесте

1 кг вишни, 300 г яичного кляра, ваншлин, 400 г топленого

масла.

Вишню вымыть под проточной водой, удалить косточки и насадить ягоды на тонкие деревянные палочки. Затем обмакнуть каждую в яичный кляр. Вишню обжарить во фритюре в течение 5-6 минут.

Готовый десерт подать к столу сразу после приготовления, посыпав ванилином.

Бананы в карамели

500 г бананов, 30 г сахара, 20 г пшеничной муки, 30 г свиного сала, 20 г кунжутного семени, 200 г растительного масла.

Бананы очистить от кожицы и нарезать кружками толщиной не менее 1 см. Подготовленные фрукты обжарить в раскаленном растительном масле до образования коричневой корочки.

На сковороду положить свиное сало, всыпать сахар и просеянную через сито муку. Нагревать смесь при непрерывном помешивании до тех пор, пока сахар не превратится в карамель. Предварительно обжаренные ломтики бананов выложить в горячую карамельную массу, посыпать кунжутом, остудить и подать к столу.

Сладкие шарики из ананасов

1 ананас, 1 яйцо, 40 г молока, 20 г пшеничной муки, 50 г сахарной пудры, 200 г растительного масла, соль по вкусу.

Просеянную пшеничную муку, яйцо, молоко и соль смешать, добавить натертый на крупной терке ананас. Из полученной массы сформовать небольшие шарики и обжарить их во фритюре, после чего переложить в сито, дать стечь маслу, слегка остудить и посыпать сахарной пудрой.

К столу блюдо подать сразу после приготовления.

Сладкие абрикосы

200 г риса, 400 г молока, 500 г свежих абрикосов, 100 г сахара или сахарной пудры, 1 яйцо, 20 г пшеничной муки, 50 г сахарной пудры, 300 г топленого масла.

Рис перебрать, промыть холодной водой, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, после чего всыпать в кипящее молоко с сахаром и сварить густую кашу.

Абрикосы промыть проточной водой, надрезать, удалить косточки и слегка припустить в кипящей воде с небольшим количеством сахара или сахарной пудры. Полученный сироп слить, абрикосы обсушить полотенцем или салфеткой.

Из охлажденной рисовой каши сформовать небольшие шарики и положить их внутрь абрикосов, соединить края, затем абрикосы обмакнуть во взбитое яйцо и обвалять в муке. Подготовленные таким образом плоды обжарить в кипящем масле. К столу сладкие абрикосы подать горячими, посыпав сахарной пудрой. Отдельно можно подать соус, приготовленный из сахарного сиропа и предварительно протертых через сито, тушенных в воде абрикосов.

Кремовые персики

1 кг персиков, 1,5 л воды, 500 г сахара, 50 г манной крупы, 50 г фруктового сиропа, сок 1 лимона.

Персики вымыть под струей холодной воды, обсушить полотенцем или салфеткой, разрезать на половинки, удалить косточки и нарезать маленькими кусочками. Залить подготовленные персики сахарным сиропом.

Затем в отдельной посуде вскипятить воду, всыпать сахар, при постоянном помешивании довести сироп до кипения и, не снимая с огня, всыпать манную крупу. Проварить все в течение 5-10 минут, снять кастрюлю с огня, добавить лимонный сок, фруктовый сироп и взбить крем до загустения.

Разложить кусочки персиков в вазочки или пиалы, залить их приготовленным кремом и подать блюдо к столу, украсив ломтиками фруктов.

Мускатный виноград в сахарном сиропе

500 г темного мускатного винограда, 400 г воды, 100 г сахара или сахарной пудры.

Виноград тщательно промыть проточной водой и обсушить полотенцем или салфеткой. Воду вскипятить, всыпать сахар и все довести при постоянном помешивании до кипения. Полученный сироп остудить и залить им виноград. К столу сладкий виноград подать сразу после приготовления.

Яблочный десерт

300 г яблок, 10 г изюма без косточек, 20 г яблочного повидла, 50 г сливочного масла.

Яблоки промыть проточной водой, каждое разрезать пополам и удалить сердцевину и семена. Подготовленные таким образом фрукты выложить на плоское блюдо. Смешать предварительно промытый и вымоченный в течение нескольких минут изюм, повидло и масло. Полученной массой наполнить яблоки. Фаршированные яблоки залить небольшим количеством воды и накрыть пергаментной бумагой. Поместить блюдо в разогретый духовой шкаф и выпекать в течение 5-10 минут. После этого дать постоять яблокам в течение 3 минут, вынуть из духовки, снять бумагу, переложить на блюдо и подать к столу.

Яблочный десерт со сливовым джемом

300 г сладких яблок, 30 г сливового джема, 20 г измельченных грецких орехов, 1 яичный белок, 20 г сахара или сахарной пудры.

Яблоки вымыть под струей холодной воды, разрезать каждое пополам и удалить сердцевину и семена. Выложить их на противень, поместить в разогретую духовку и запечь. В сливовый джем добавить толченые грецкие орехи, взбитый с сахаром или сахарной пудрой яичный белок, соединить с джемом и хорошо взбить полученную массу.

Половинки яблок намазать подготовленной массой и поместить их на несколько минут в духовку. К столу блюдо подать сразу после приготовления.

Яблочный десерт с мороженым

300 г яблок, 2 яичных белка, 50 г сливочного мороженого, 10 г сахара или сахарной пудры, 100 г кипяченой воды, молотая корица, молотая гвоздика, цедра 1 лимона.

Сахар или сахарную пудру смешать с корицей и гвоздикой, все перемешать, залить водой и сварить сироп. Яблоки очистить от кожицы, разрезать каждое пополам и удалить сердцевину и семена. Положить подготовленные фрукты в сироп и варить в течение 2-3 минут до размягчения.

Затем в углубления охлажденных яблок выложить мороженое, сверху положить взбитые с сахаром в крепкую пену яичные белки. Подготовленные таким образом яблоки переложить на противень и поместить на 2-3 минуты в разогретую духовку. К столу десерт подать слегка охлажденным.

Апельсиновый десерт

500 г апельсинов, 200 г яблок, 20 г апельсинового ликера, 1 яйцо, 100 г сладкого печенья, 10 г сахара или сахарной пудры.

Каждый апельсин, не очищая от кожицы, разрезать пополам, осторожно с помощью ложки извлечь мякоть и нарезать ее мелкими кусочками. Соединить апельсин с предварительно измельченными яблоками, толченым печеньем, все перемешать и сбрызнуть апельсиновым ликером. Все вновь хорошо перемешать и наполнить приготовленной смесью корзиночки, сделанные из апельсиновой кожицы.

Белок отделить от желтка, хорошо взбить и соединить с растертым с сахаром или сахарной пудрой желтком, все перемешать. Полученную смесь выложить поверх апельсиновых корзиночек. Затем фаршированные апельсины переложить на противень и прогреть в духовке в течение 1-2 минут.

К столу десерт подать, слегка охладив.

Грушевый десерт

1 кг груш, 50 г варенья из красной смородины, 30 г

измельченных ядер грецких орехов, 20 г коньяка, 100 г молока, 30 г сливочного масла, 200 г сладкого печенья, 20 г картофельного крахмала, 20 г сахара, 1 яичный желток, ароматизированный ванильный сахар.

Половину необходимого количества молока смешать с крахмалом. В отдельной посуде соединить оставшееся молоко, масло, сахар, все перемешать и поместить на сильный огонь. В полученную смесь влить молочно-крахмальную смесь, все перемешать и вскипятить. После этого положить яичный желток, предварительно растертый с ванильным сахаром, все размешать и вновь довести до кипения. Готовую смесь остудить и взбить миксером или венчиком.

Груши промыть проточной водой, разрезать каждую пополам и удалить сердцевину и семена. Образовавшиеся углубления заполнить вареньем из красной смородины. На дно формы высыпать крошки печенья, разровнять, залить коньяком, выложить подготовленные груши срезами вниз, залить кремовой массой, обсыпать толчеными орехами, поместить в разогретую духовку и прогреть в течение 5-10 минут.

Готовый десерт подавать к столу охлажденным.

Клубничный десерт

200 г свежих ягод клубники, 30 г сливочного масла, 3 яйца, 30 г сахара или сахарной пудры, 20 г пшеничной муки, ванилин.

Клубнику вымыть под струей холодной воды, удалить плодоножки и чашелистики, поместить ягоды в предварительно смазанную маслом форму и поставить на несколько минут в заранее разогретую духовку.

В отдельной посуде взбить яичные белки с сахаром или сахарной пудрой. Желтки также растереть и перелить в белковую смесь вместе с мукой и ванилином. Полученную массу тщательно перемешать и залить ею клубнику. Запекать ягоды в разогретой до 180° С духовке в течение 10-15 минут.

К столу десерт подать охлажденным.

Клубничный десерт с лимонным соком

300 г ягод клубники, 20 г сахара, 100 г сладкого печенья, 2 яичных белка, 10 г сливочного масла, 20 г сахарной пудры, лимонный сок.

Половину указанного количества клубники растереть с сахаром в пюре. В предварительно смазанную маслом форму уложить печенье, поверх него – клубничное пюре, оставить на некоторое время.

В отдельной посуде взбить охлажденные яичные белки с сахарной пудрой и лимонным соком.

На растертую клубнику положить оставшиеся целые ягоды и залить взбитой белковой массой. Поместить приготовленный десерт на несколько минут в заранее разогретую духовку.

К столу блюдо подать горячим.

Персиковый десерт с творогом

500 г персиков, 300 г творога, 1 яйцо, 20 г сахара, 10 г цветочного меда, 10 г манной крупы, 10 г изюма без косточек, 10 г тертого миндаля, 20 г сухого белого вина, 20 г лимонного сока, цедра 1 лимона.

Очистить персики от кожицы, разрезать на половинки и удалить косточки. Выложить плоды в отдельную посуду, добавить мед, лимонную цедру, лимонный сок и вино, все перемешать, поместить в разогретую духовку и прогреть в течение 10 минут.

Яичный желток растереть в отдельной посуде с сахаром и затем добавить творог, манную крупу, промытый и обсушенный полотенцем или салфеткой изюм, измельченный миндаль и сироп, полученный при тушении персиков. Затем положить взбитый ранее белок, хорошо перемешать полученную массу и выложить ее поверх персиков. Все запечь в духовке в течение 10 минут.

К столу готовый десерт подать слегка охлажденным.

Сливовый десерт

500 г свежих слив, 50 г сахара, 20 г сливочного масла, молотая корица, гвоздика, мускатный орех.

Сливы промыть проточной водой, разрезать каждую пополам

и удалить косточки, после чего выложить в чистую посуду, добавить сахар, сливочное масло, корицу, гвоздику, тертый мускатный орех, все перемешать и поместить в предварительно разогретую духовку на 5-10 минут.

Готовый десерт остудить, разложить по пиалам и подать к столу.

Сливовый десерт с медом

500 г слив, 30 г цветочного меда, ванилин, цедра половины лимона.

Сливы вымыть, разрезать каждую пополам и удалить косточки. Выложить приготовленные половинки слив в неглубокую посуду, добавить мед, ванилин, натертую на мелкой терке лимонную цедру, все перемешать, поместить в заранее разогретую духовку и прогреть 5-10 минут.

К столу десерт подать слегка охлажденным.

Десерт из хурмы и груш

300 г хурмы, 300 г груш, 100 г красного вина, 20 г вишневого ликера, 200 г сливок, 20 г сахара, 20 г манной крупы, цедра 1 лимона, 30 г сливочного масла, молотая корица, гвоздика, имбирь, крахмал.

Из хурмы вынуть мякоть и протереть через мелкое сито. Сливки поставить на огонь, всыпать сахар и пряности, добавить манную крупу, перетертую хурму и цедру лимона, все перемешать и довести до кипения. Полученную массу выложить в предварительно смазанные маслом формочки, поместить в духовку и прогреть в течение 7-10 минут. Приготовленный таким образом крем взбить и остудить. Груши промыть проточной водой, разрезать каждую пополам, удалить семена и плодоножки. В отдельной посуде смешать красное вино, ликер и корицу, довести до кипения. Груши положить в полученную смесь разрезами вниз и через несколько минут перевернуть.

Пропитавшиеся винной смесью фрукты вынуть, в винную смесь всыпать разведенный водой крахмал и варить полученную массу на сильном огне в течение 3-5 минут до загустения.

Готовым соусом залить груши, украсить их кремом из хурмы и подать блюдо к столу.

Яблочно-винный десерт

300 г яблок, 10 г измельченных грецких орехов, 20 г сливочного масла, 10 г красного вина, 10 г смородинового варенья, 20 г молока, 5 г картофельного крахмала, 20 г сахара, 1 яичный желток, ванилин, изюм, миндаль, 200 г печенья.

Яблоки промыть проточной водой и осторожно, стараясь не повредить плод, вырезать сердцевину и удалить семена. Для приготовления крема часть молока смешать с крахмалом. В оставшееся молоко добавить размягченное масло и сахар, все перемешать, поместить на огонь и прогреть в течение 2-3 минут. После этого ввести в нагретую смесь молоко и крахмал и нагревать еще в течение 2 минут. Все перемешать, ввести предварительно растертый с ванилином яичный желток и подержать на огне в течение 2 минут.

Полученную массу слегка остудить, добавить молотые орехи, миндаль, промытый и вымоченный изюм, все хорошо перемешать и заполнить полученной смесью образовавшиеся углубления в яблоках.

Фаршированные яблоки переложить в смазанную маслом форму или на противень, сбрызнуть вином и поместить на 10-15 минут в предварительно разогретую духовку. Готовые фрукты выложить поверх слоя печенья, украсить десерт вареньем и подать к столу.

Клубнично-ванильный десерт

500 г ягод клубники, 1 л воды, 200 г сахара, 100 г сметаны, ванилин, 2 яичных белка.

Клубнику промыть проточной водой, удалить плодоножки и чашелистики.

Для приготовления сиропа вскипятить воду, добавить сахар, все перемешать, вновь поставить на огонь и при непрерывном помешивании довести смесь до кипения. Полученным сиропом залить подготовленные ранее ягоды.

Десерт разложить по пиалам, заправить взбитой с сахаром и ванилином сметаной и яичными белками, также взбитыми с сахаром в пену.

Фруктовый десерт

200 г яблок, 200 г груш, 200 г слив, 500 г персиков, 20 г пшеничной муки, 20 г сливочного масла, 100 г сахара или сахарной пудры.

Фрукты вымыть, из яблок и груш удалить сердцевину и семена, из слив и персиков – косточки. Мякоть нарезать небольшими кусочками, выложить в посуду с низкими стенками и прогреть в предварительно разогретой духовке в течение 10 минут.

В чистой посуде смешать заранее просеянную через сито пшеничную муку с размягченным маслом и растереть все до образования крупинок, после чего всыпать половину указанного количества сахара и все перемешать. Оставшимся сахаром засыпать фрукты и дать сахару раствориться.

На фруктовую смесь выложить растертое с мукой сливочное масло и прогреть десерт в течение 10-15 минут в разогретой духовке.

К столу блюдо подать слегка охлажденным.

Грушево-шоколадный десерт

500 г груш, 200 г молока, 20 г сливочного масла, 10 г пшеничной муки, 1 яйцо, 10 г сахарной пудры, 10 г порошка какао.

Груши промыть проточной водой, удалить сердцевину и семена, мякоть извлечь, измельчить и выложить в чистую посуду.

Сахарную пудру смешать с маслом. Добавить в смесь яйцо, молоко и вновь все взбить.

После этого соединить масляно-яичную смесь с мукой и какао и замесить тесто, которое нужно выложить ровным слоем поверх подготовленных ранее груш.

Десерт поместить на 10-15 минут в предварительно разогретую духовку, охладить и подать к столу.

Яблочный десерт с корицей

500 г яблок, 10 г сахара, 10 г сливочного масла, 20 г пшеничной муки, 20 г взбитых сливок, 10 г сахарной пудры, молотая корица.

Сахар и нарезанные маленькими кусочками яблоки положить в глубокую посуду, накрыть крышкой и поместить на несколько минут в предварительно разогретую духовку.

Просеянную через сито муку растереть с маслом, добавить сахарную пудру и корицу, все перемешать с кусочками яблок и поставить на 10-15 минут в разогретую духовку.

При подаче к столу десерт украсить взбитыми сливками.

Яблочный десерт с овсяными хлопьями

500 г яблок, 20 г сливочного масла, 10 г сахара, 10 г пшеничной муки, 20 г овсяных хлопьев, 5 г лимонного сока, молотая корица.

Яблоки хорошо промыть проточной водой, удалить сердцевину и семена, извлечь мякоть, нарезать небольшими ломтиками, переложить в чистую посуду и сбрызнуть лимонным соком.

Сливочное масло растопить на сковороде, соединить с сахаром, мукой, корицей, овсяными хлопьями и все хорошо перемешать. Приготовленной смесью покрыть ломтики яблок и поместить посуду на 15 минут в разогретую до 180° С духовку.

К столу десерт подать сразу после приготовления.

Яблочный десерт с миндалем

300 г яблок, 20 г сливочного масла, 20 г сахара, 10 г измельченного миндаля, 10 г пшеничной муки, 1 яйцо, 10 г сахарной пудры, 100 г кипяченой воды, 20 г лимонного сока, цедра 1 лимона.

Свежие яблоки промыть проточной водой, очистить от кожицы, удалить сердцевину и семена и мелко нарезать.

Растворить в кастрюле с водой небольшое количество сахара и все вскипятить, затем положить нарезанные яблоки и потушить

их в разогретой духовке. Тем временем растереть яичные желтки с маслом и оставшимся сахаром, в полученную массу добавить измельченные миндальные орехи, просеянную через сито муку, лимонный сок, натертую цедру, взбитые с сахарной пудрой в пену яичные белки, все хорошо перемешать.

Выложить подготовленные яблоки в смазанную маслом форму, залить сверху взбитой массой и прогревать в течение 10 минут на умеренном огне.

К столу десерт подавать охлажденным.

Банановo-смородиновый десерт

500 г бананов, 20 г сахара, 2 яичных белка, 10 г джема из красной смородины, лимонный сок.

Бананы очистить от кожицы и разрезать каждый вдоль пополам. Положить их срезами вниз на плоское блюдо, смазать джемом.

Белки взбить с сахаром и лимонным соком в крепкую пену. Выложить ее поверх подготовленных бананов и запекать десерт в предварительно разогретой духовке в течение 8-10 минут.

К столу десерт подавать слегка охлажденным.

Грушевый десерт с корицей

500 г груш, 100 г сахара, 10 г кипяченой воды, 30 г сливочного масла, молотая корица.

Сахар залить водой, выложить в кастрюлю и поместить на огонь. Прогревать смесь до тех пор, пока сахар не растворится.

Груши промыть проточной водой, выложить на смазанный маслом противень узкими частями к центру, полить сахарной смесью, посыпать корицей и поместить на 15 минут в разогретую духовку.

Готовый десерт остудить и подать к столу.

Клубничный десерт с ванилью

500 г клубники, 20 г сливочного масла, 100 г молока, 20 г картофельного крахмала, 20 г сахара, 1 яичный желток, сахарная пудра и ванильный сахар по вкусу.

Половину необходимого количества молока, размягченное сливочное масло и сахар соединить и прогреть на сильном огне при постоянном помешивании. Оставшееся молоко смешать с крахмалом и при постоянном помешивании ввести смесь в разогретую молочно-масляную массу. Затем добавить слегка взбитый яичный желток, предварительно растертый с ванильным сахаром, и довести все до кипения. Клубнику промыть, удалить плодоножки и листочки, выложить в смазанную маслом форму, посыпать сахарной пудрой, залить молочно-ванильной смесью и запекать в разогретой духовке в течение 10 минут.

К столу готовый десерт подать охлажденным.

Медовый десерт

300 г кураги, 200 г апельсинового сока, 10 г желатина, 10 г цветочного меда, 100 г кефира или апельсинового йогурта.

Курагу тщательно промыть проточной водой, переложить в посуду и залить апельсиновым соком, оставив небольшое количество сока для замачивания желатина. Прогревать курагу на огне в течение 5 минут, затем остудить.

В оставшемся апельсиновом соке замочить желатин и оставить до разбухания, после чего поставить его на несколько минут на огонь.

Остывшую курагу смешать с медом и хорошо взбить, добавить желатин и вновь взбить массу, влить кефир или йогурт и хорошо перемешать.

К столу десерт подавать сразу после приготовления.

Яблочно-молочный десерт с корицей

500 г яблок, 2 яичных желтка, 200 г молока, половина буханки белого хлеба, 20 г сахара, молотая корица.

Яичные желтки взбить с молоком, хлеб нарезать небольшими кусочками, замочить в яичной смеси и выложить ровным слоем в

предварительно смазанную маслом форму. Яблоки хорошо промыть проточной водой, очистить от кожицы, мелко нарезать, смешать с сахаром и корицей, выложить на хлеб и поместить форму на несколько минут в заранее разогретую духовку.

К столу десерт подать охлажденным.

Яблочно-молочный десерт

300 г яблок, 2 яичных желтка, 200 г молока, 20 г сахара, 20 г сливочного масла, 30 г панировочных сухарей, 200 г сладкого печенья.

Яблоки промыть проточной водой, очистить от кожицы и нарезать небольшими ломтиками. Яичные желтки растереть с размягченным маслом и сахаром, соединить с молоком и измельченным печеньем, все хорошо перемешать.

Форму смазать сливочным маслом, обсыпать панировочными сухарями и выложить на дно нарезанные яблоки, залить их смесью из молока, печенья и растертых желтков.

Поместить форму с яблоками на 10 минут в предварительно разогретую духовку.

К столу десерт подавать охлажденным.

Яблочно-брусничный десерт

300 г яблок, 30 г брусники, 2 яйца, 10 г сахара, 10 г пшеничной муки, 20 г сливочного масла, 20 г воды, молотая корица.

Взбить яичные белки с сахаром, смешать с растертыми желтками и водой, добавить муку, все перемешать. Форму смазать размягченным маслом и вылить в нее получившееся тесто.

Яблоки промыть проточной водой, разрезать каждое на половинки и удалить сердцевину и семена. Затем половинки фруктов уложить на тесто разрезами вверх.

Углубления от сердцевин заполнить промытыми ягодами брусники и посыпать все молотой корицей. Поместить форму на 10-15 минут в разогретую духовку.

Перед подачей к столу готовый десерт нарезать так, чтобы в каждом кусочке было по две половинки яблока.

НАПИТКИ

В отличие от жителей европейских стран уроженцы Страны восходящего солнца привыкли заваривать чай не в специально предназначенном для этой цели чайнике (они совсем не пользуются таковым), а уже непосредственно в чашках.

Вообще, японцы явно преуспели в той области кулинарного искусства, которая включает в себя приготовление всевозможных прохладительных и фруктово-ягодных напитков, подаваемых на десерт.

Чай по-японски

25 г сухого черного чая, 450 мл горячей кипяченой воды.

Воду вскипятить, затем слегка остудить. Насыпать сухой черный чай в чашки и залить его горячей водой. Накрыть чашки крышечками и дать настояться в течение нескольких минут (когда нет необходимости заваривать очень крепкий чай, можно ограничиться всего лишь 1-2 минутами).

Японцы полагают, что лучше всего приступать к чаепитию спустя 8-9 минут после заваривания чая, поскольку через

несколько минут скрученные чайные листочки расправляются, а сам напиток не только становится весьма приятным на вкус, но и приобретает оригинальный зеленовато-коричневый цвет.

Чай с камелией

25 г листьев камелии (сушеных), 450 мл воды, 2 чайные ложки сахара.

В фаянсовую или керамическую миску поместить сушеные листья камелии и прикрыть их сверху смоченной в воде салфеткой или марлей.

Через 12-14 часов, когда листочки камелии потемнеют, нужно мелко нарезать их и выложить на лист чистой белой бумаги. Сушить на воздухе в течение суток, избегая попадания на листья прямых солнечных лучей.

Хорошо просушенные измельченные листья можно использовать для заваривания чая. Для этого их следует насыпать в чашки, залить кипятком, добавить сахар и дать настояться в течение 7-10 минут, плотно прикрыв каждую чашку крышкой. К столу чай нужно подавать горячим.

К чаю можно подать сладкие блюда из теста, цукаты.

Кисель из ананасов

250 г свежих ананасов, 120 г крахмала, 120-125 г сахара, несколько капель лимонного сока.

Ананас очистить и нарезать мелкими кусочками. Выложить их в глиняную миску и слегка сбрызнуть свежевыжатым лимонным соком.

Картофельный крахмал развести небольшим количеством холодной кипяченой воды. В кастрюлю влить примерно 400 мл холодной воды, добавить сахар и довести жидкость до кипения на умеренном огне.

Затем опустить в кипящую подслащенную воду нарезанные ананасы и варить в течение 5-7 минут при постоянном помешивании деревянной лопаточкой. Далее нужно влить тонкой струйкой разведенный в воде крахмал и продолжать варить массу до загустения, не переставая помешивать ее.

Когда кисель будет готов, слегка охладить его и поместить в холодное место для большего загустения.

К столу ананасовый кисель следует подавать, разложив его на блюдца или в неглубокие чашечки. Отдельно можно подать свежие фрукты или ягоды.

Гранатово-виноградный напиток

50 г гранатового сиропа, 50 г виноградного сиропа, 100 г мякоти дыни, 50 г газированной воды, кубики колотого льда.

Измельчить лед в мелкую крошку и наполовину наполнить им пиалы. Затем поочередно влить виноградный и гранатовый сиропы, положить нарезанную кубиками дыню, влить газированную воду.

Черничный напиток

50 г черничного сока, 2 яйца, 30 г сахара, 100 г кипяченой воды, 5 г тертого мускатного ореха, 50 г молока.

Отделить желтки от белков: желтки взбить до образования густой массы, а белки – в крутую пену. Во взбитые желтки добавить сахар, черничный сок и перемешать. Затем влить холодное молоко и охлажденную кипяченую воду и снова перемешать. Полученную смесь влить во взбитые белки. Напиток разлить по пиалам и сверху посыпать измельченным мускатным орехом.

Шоколадный напиток

10 г какао-порошка, 2 яичных желтка, 20 г сахара, 3 г тертой апельсиновой цедры.

Какао-порошок растереть с желтками и сахаром, добавить апельсиновую цедру. Полученную смесь хорошо взбить и налить в пиалу.

Лимонный напиток

50 г лимонного сока, 1 яйцо, 10 г сахара, 100 г кипяченой воды, кубики колотого льда, ломтики лимона.

Лимонный сок, яйцо и воду влить в миксер или шейкер и взбить до образования пены, добавить сахар и разлить по пиалам.

К столу напиток подать, положив кубики льда и украсив пиалы тонкими ломтиками лимона.

Апельсиновый напиток

100 г апельсинового сока, 10 г сахара или меда, 100 г яблочного сока, 1 яйцо, 10 г измельченных грецких орехов.

Апельсиновый сок перелить в миксер, добавить сахар или мед, желток, яблочный сок, все хорошо взбить.

Налить напиток в широкие пиалы, посыпать сверху измельченными грецкими орехами и подать к столу.

Яично-апельсиновый напиток

100 г апельсинового сока, 20 г сахара или меда, 1 яичный желток, 50 г яблочного сока, 10 г измельченных грецких орехов.

Апельсиновый сок перелить в миксер, добавить сахар или мед, желток, яблочный сок и все взбить.

Готовый напиток вылить в пиалы, добавить тертые орехи и все сбрызнуть соком, полученным из апельсиновой цедры.

Лимонно-малиновый напиток

100 г лимонного сока, 50 г малинового сиропа, 200 г минеральной воды, колотый лед.

В шейкер или миксер со льдом влить лимонный сок и малиновый сироп, все тщательно перемешать. Перелить полученную смесь в пиалы и влить минеральную воду. Перед

подачей к столу пиалы с коктейлем украсить фигурно вырезанной цедрой апельсина.

Цитрусовый напиток

100 г апельсинового сиропа, 100 г лимонного сиропа, 200 г минеральной воды, колотый лед.

Смешать апельсиновый и лимонный сиропы с колотым льдом. Налить полученную смесь в пиалы и влить минеральную воду.

Напиток подавать к столу сразу после приготовления, со льдом.

Грейпфрутовый напиток

100 г грейпфрутового сока, 100 г минеральной воды, кубики колотого льда, несколько ягод вишни.

Смешать грейпфрутовый сок с минеральной водой. В чистые пиалы положить кубики льда и ягоды вишни. Влить полученный напиток и сразу подать его к столу.

Огуречный напиток

200 г свежих огурцов, 50 г лимонного сока, 30 г меда, кубики льда.

Из огурцов отжать сок и смешать его с медом и лимонным соком. Подавать напиток к столу нужно хорошо охлажденным, с кубиками колотого льда.

Яблочно-лимонный напиток

100 г яблочного сока, 50 г лимонного сока, 20 г меда.

Растворить мед в лимонном соке, добавить яблочный сок, все тщательно перемешать. Подавать напиток к столу хорошо охлажденным. В наполненные пиалы положить по 2 кубика льда.

Апельсиново-вишневый напиток

100 г апельсинового сока, 50 г сахарного сиропа, 20 г лимонного сока, 50 г вишневого сиропа, 100 г минеральной воды, 1 апельсин.

Такой напиток готовят непосредственно в бокалах или пиалах.

Для приготовления напитка в каждом бокале или пиале смешать необходимое количество предварительно охлажденного апельсинового сока, сахарного сиропа, лимонного сока и вишневого сиропа. Затем положить тонкий ломтик апельсина и влить минеральную воду.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Малиновый напиток

100 г малинового сиропа, 100 г абрикосового сока, 100 г виноградного сока, 50 г колотого льда.

Малиновый сироп, абрикосовый и виноградный соки перемешать и взбить в миксере с добавлением колотого льда. Готовый напиток разлить по пиалам и подать к столу.

Фруктово-кофейный напиток

100 г фруктового сиропа, 50 г кофейного сиропа, 100 г яблочного морса, 50 г компота из сухофруктов, колотый лед.

Смешать все перечисленные компоненты и взбить в миксере. Разлить готовый напиток по пиалам, положить колотый лед и подать к столу.

Виноградно-морковный напиток

200 г виноградного сока, 100 г морковного сока, 10 г сахара, 20 г лимонного сока, мускатный орех по вкусу.

Морковный сок смешать с виноградным и лимонным соками. В полученную смесь добавить сахарный песок и предварительно измельченный в порошок мускатный орех.

В приготовленные бокалы или пиалы положить кубики льда и наполнить их коктейлем. Напиток сразу подать к столу.

Яблочно-лимонный напиток с медом

100 г яблочного сока, 100 г лимонного сока, 50 г меда, 1 лимон, колотый лед.

Смешать заранее охлажденные лимонный и яблочный соки, добавить размягченный мед, все хорошо перемешать. В приготовленные бокалы или пиалы положить небольшие кубики льда и влить напиток.

К столу напиток подать, украсив бокалы или пиалы тонкими ломтиками или кружками лимона.

Малиново-абрикосовый напиток

50 г малинового сиропа, 150 г абрикосового сока, 100 г виноградного сока, ягоды малины и нарезанные мелкими дольками абрикосы, колотый лед.

Смешать абрикосовый и виноградный соки, добавить малиновый сироп. В приготовленные бокалы или пиалы положить кубики льда, ягоды малины и нарезанные дольками абрикосы, влить готовый напиток и подать его к столу.

Яблочный напиток с гвоздикой

100 г яблочного сока, 20 г гвоздичного сиропа, 200 г

минеральной воды, 50 г свежих или консервированных фруктов, кубики льда.

Яблочный сок смешать с гвоздичным сиропом, добавить минеральную воду. В приготовленные бокалы или пиалы положить кубики льда и измельченные фрукты, разлить готовый напиток по бокалам и сразу подать его к столу.

Апельсиново-гранатовый напиток с ванилью

50 г апельсинового сиропа, 50 г ванильного сиропа, 100 г гранатового сока, 100 г минеральной воды, 1 апельсин, колотый лед.

Смешать апельсиновый и ванильный сиропы и гранатовый сок.

Все хорошо перемешать и разлить полученную смесь по бокалам или пиалам, влить минеральную воду, положить кубики льда.

Бокалы или пиалы с напитком украсить тонкими ломтиками апельсина и подать к столу.

Мятный напиток

30 г мятного сиропа, 100 г минеральной воды, ломтики лимона, колотый лед.

Смешать мятный сироп и минеральную воду, все хорошо перемешать и разлить полученный напиток по бокалам или пиалам. Перед подачей к столу в каждый бокал или пиалу положить кубики льда и украсить тонкими ломтиками лимона.

Чайный напиток с фруктовым соком

100 г сахарного сиропа, 100 г настоя чая, 100 г вишневого или гранатового сока, кубики льда.

В приготовленный заранее крепкий настой чая влить сахарный сироп и все тщательно перемешать в миксере или

шейкере. После этого добавить вишневый или гранатовый сок и вновь все перемешать.

В бокалы или пиалы положить кубики льда, влить приготовленный напиток и подать его к столу.

Свекольный напиток

50 г гвоздичного сиропа, 100 г свекольного сока, 50 г минеральной воды, кубики льда.

Смешать предварительно охлажденные гвоздичный сироп, свекольный сок и минеральную воду. Все хорошо перемешать и разлить по бокалам или пиалам, после чего подать к столу с кубиками льда.

Тархуновый напиток

50 г сахарного сиропа, 100 г сиропа «Тархун», 200 г минеральной воды, колотый лед.

Сахарный сироп смешать с тархуновым и все тщательно перемешать, после чего влить минеральную воду, вновь перемешать и разлить по бокалам или пиалам.

Приготовленный напиток подать к столу сразу после приготовления с кубиками льда.

Клюквенный напиток

50 г клюквенного сиропа, 30 г сливок, 200 г минеральной воды, колотый лед.

В миксере смешать сливки и клюквенный сироп, все хорошо перемешать, добавить минеральную воду, вновь перемешать и разлить по бокалам или пиалам.

К столу напиток подать со льдом.

Морковно-клюквенный напиток

100 г морковного сока, 200 г клюквенного сока, 200 г минеральной воды, 10 г сахара.

Морковный и клюквенный соки соединить, тщательно перемешать, добавить минеральную воду и сахар, вновь перемешать. Охлажденный напиток разлить по приготовленным бокалам или пиалам и подать к столу.

Смородиновый напиток

20 г сиропа из ягод красной смородины, 50 г сока белой смородины, 30 г сахара, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В бокалы или пиалы влить сироп, приготовленный из ягод красной смородины, добавить сок белой смородины, все перемешать и всыпать сахар, вновь перемешать до полного растворения крупинок сахара.

После этого в каждый бокал или пиалу опустить веточки смородины, одну повесить на край бокала. Залить все минеральной водой и положить кубики льда. К столу напиток подать сразу после приготовления.

Рябиновый напиток

100 г сиропа черноплодной рябины, 50 г лимонного сока, 100 г минеральной воды, 20 г сахара, колотый лед.

Смешать сироп черноплодной рябины и лимонный сок, добавить сахар, минеральную воду и все тщательно перемешать.

Разлить готовый напиток по бокалам или пиалам с колотым льдом и подать к столу, украсив края посуды небольшими веточками черноплодной рябины.

Клубнично-смородиновый напиток

100 г клубничного сока, 100 г сока черной смородины, 1 яичный желток, колотый лед.

В шейкере со льдом хорошо взбить яичный желток, добавить клубничный сок и сок черной смородины, все хорошо перемешать. Готовый напиток процедить через мелкое сито или сложенную в два слоя марлю и разлить по бокалам с кубиками льда.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив края посуды веточками смородины.

Клубнично-лимонный напиток

30 г клубничного сиропа, 30 г лимонного сиропа, 50 г клубничного мороженого, 20 г ягод клубники, 100 г минеральной воды.

В миксер или шейкер положить предварительно размягченное мороженое и измельченные ягоды клубники, все перемешать, влить клубничный и лимонный сиропы и минеральную воду, вновь перемешать до получения однородной смеси.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Апельсиновый напиток с мякотью

50 г апельсинового сиропа, 1 апельсин, 50 г лимонного сока, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В миксере или шейкере смешать лед, апельсиновый сироп, лимонный сок, отжатый из апельсина сок и мякоть, все разбавить минеральной водой и разлить по приготовленным бокалам или пиалам.

К столу напиток подать сразу после приготовления, с кубиками льда.

Цитрусово-малиновый напиток

30 г апельсинового сиропа, 30 г лимонного сиропа, 30 г малинового сиропа, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В шейкере смешать лед, лимонный, апельсиновый и малиновый сиропы, добавить минеральную воду и все хорошо перемешать.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток

1 яичный желток, 100 г апельсинового сока, 10 г сахарной пудры, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В миксере или шейкере в течение 2 минут смешивать яичный желток, апельсиновый сок, колотый лед и сахарную пудру. Полученную смесь процедить через мелкое сито или сложенную в два слоя марлю, разлить по приготовленным бокалам или пиалам и разбавить предварительно охлажденной минеральной водой.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Лимонный напиток с медом

100 г лимонного сока, 30 г цветочного меда, колотый лед.

В шейкере тщательно размешать мед с лимонным соком, все хорошо остудить. Разлить полученный напиток по бокалам или пиалам со льдом и сразу подать к столу.

Лимонно-ванильный напиток

50 г лимонного сока, 50 г ванильного сиропа, 1 яйцо, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В шейкере со льдом соединить яйцо, лимонный сок и ванильный сироп, все перемешивать в течение 2 минут до получения массы однородной консистенции.

Полученную смесь процедить через сито, разлить по бокалам или пиалам со льдом, разбавить минеральной водой и подать к столу.

Гранатово-грейпфрутовый напиток

100 г грейпфрутового сока, 50 г гранатового сиропа, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В шейкер со льдом влить грейпфрутовый сок, гранатовый сироп и минеральную воду, все хорошо перемешать.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Лимонно-ананасовый напиток

100 г ананасового сока, 20 г лимонного сиропа, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В бокалы или пиалы с кубиками льда влить ананасовый сок, добавить лимонный сироп и минеральную воду. Не размешивая, подать напиток к столу.

Гранатово-виноградный напиток с дыней

50 г гранатового сока, 50 г виноградного сока, 50 г мякоти дыни, 100 г минеральной воды, колотый лед.

Мякоть дыни нарезать небольшими кубиками. Колотый лед насыпать в шейкер так, чтобы заполнить его наполовину. После этого влить гранатовый и виноградный соки, все перемешать и разлить по бокалам или пиалам.

В каждый бокал или пиалу положить кубики дыни и влить минеральную воду. К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток с лимонным соком

1 лимон, 1 яйцо, 20 г сахара, 200 г минеральной воды.

Отжать сок из лимона и смешать его с сахаром. В полученную смесь добавить яйцо и все тщательно взбить. В приготовленные бокалы или пиалы влить напиток, разбавить его минеральной

водой и подать к столу.

Напиток из айвы с сахарным сиропом

300 г айвы, 200 г сахарного сиропа, 200 г минеральной воды.

Айву тщательно промыть, очистить от кожицы, нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить сахарный сироп, поставить на слабый огонь и варить до мягкости.

Сваренные ломтики айвы протереть через сито. Полученное пюре остудить, разложить по бокалам, влить минеральную воду и подать к столу.

Ягодный напиток

200 г свежих ягод малины, 50 г лимонного сока, 50 г сахара, колотый лед.

Ягоды малины размять с сахаром до получения пюре, добавить лимонный сок, все тщательно перемешать. Полученный напиток перелить в бокалы или пиалы со льдом и сразу подать к столу.

Яичный напиток с яблочным соком

1 апельсин, 10 г меда, 100 г яблочного сока, 1 яичный желток, 20 г измельченных грецких орехов.

Из апельсина отжать сок, смешать его с яблочным соком и размягченным медом, добавить слегка взбитый желток, все перемешать и хорошо взбить.

Готовый напиток разлить в бокалы или пиалы, сверху посыпать толчеными орехами и подать к столу.

Напиток с сиропом шиповника

30 г сиропа шиповника, 50 г яблочного сока, 50 г фруктового мороженого, 20 г ягод клубники, 20 г сахара, кубики льда.

Подготовить бокалы: украсить края «инеем» из сахара. В миксере смешать сироп шиповника, яблочный сок и размягченное мороженое, все перемешать и разлить по бокалам с кубиками льда, сверху украсить ягодами клубники.

Яичный напиток с сиропом шиповника

20 г сиропа шиповника, 50 г лимонного сока, 2 яичных белка, 200 г минеральной воды, колотый лед.

Взбить венчиком яичные белки, добавить сироп шиповника и лимонный сок, все перемешать.

Процедить полученную смесь через сито или сложенную в два слоя марлю, разлить по бокалам или пиалам со льдом и разбавить минеральной водой.

Яичный напиток с вишневым соком

30 г ягод вишни без косточек, 1 яичный желток, 20 г сахара, 100 г вишневого сока, 100 г минеральной воды.

Яичный желток хорошо растереть с сахаром до образования крепкой пены. Добавить в полученную массу ягоды вишни и сок. Взбить все компоненты в миксере.

Готовый напиток остудить, перелить в бокалы или пиалы и разбавить минеральной водой. Подать его к столу, не перемешивая.

Фруктовый напиток с гвоздикой

200 г фруктов, 100 г гвоздичного сиропа, 100 г апельсинового сока, 200 г яблочного сока.

В красивые фужеры положить кусочки фруктов, добавить гвоздичный сироп, апельсиновый и яблочный соки. К столу

напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток с медом и лимонным соком

100 г лимонного сока, 20 г цветочного меда, 1 яичный желток, 1 персик.

Яичный желток растереть с медом, добавить лимонный сок и истолченный в пюре персик.

Полученную смесь поместить в холодильник, после чего разлить по бокалам или пиалам и подать к столу.

Рябиновый напиток с кофе

30 г рябинового сиропа, 20 г кофейного сиропа, 200 г минеральной воды, консервированные или свежие ягоды клубники и смородины, колотый лед.

Смешать в шейкере рябиновый и кофейный сиропы. В бокалы или пиалы положить колотый лед и ягоды, влить туда же приготовленную ранее смесь сиропов и минеральную воду.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток с коньяком

1 яйцо, 10 г сахара, 30 г коньяка, колотый лед.

Растереть яйцо с сахаром в крепкую пену, перелить полученную массу в шейкер со льдом, добавить коньяк и все сильно встряхнуть.

Полученную смесь процедить через сито или сложенную в два слоя марлю в бокалы или пиалы и подать к столу.

Апельсиновый напиток с лимоном и лаймом

50 г апельсинового сока, 20 г сока лайма, 20 г лимонного сока, 1 яичный желток, 50 г минеральной воды, несколько ягод вишни, ломтиков апельсина и лайма, колотый лед.

Хорошо перемешать в шейкере со льдом соки цитрусовых и слегка взбитый яичный желток. Полученную смесь перелить в бокалы или пиалы, влить минеральную воду.

Бокалы или пиалы украсить ягодами вишни и дольками апельсина и лайма. Напиток подавать к столу сразу после приготовления.

Яичный напиток с виноградным сиропом

1 яйцо, 20 г сахара, 200 г виноградного сиропа, 30 г апельсинового сока, колотый лед.

В миксере смешать яйцо с сахаром, все взбить, добавить виноградный сироп и апельсиновый сок, все перемешать и еще раз взбить. Готовый напиток разлить по бокалам со льдом или пиалам и подать к столу.

Яичный напиток с апельсиновым ликером

1 яичный желток, 10 г сахара, 50 г апельсинового сока, 50 г апельсинового ликера, 50 г шампанского, колотый лед.

Взбить яичный желток с сахаром до образования крепкой пены. Полученную смесь перелить в шейкер со льдом, добавить апельсиновый сок и ликер, все сильно встряхнуть. Напиток процедить через сито или сложенную в два слоя марлю и разлить по бокалам или пиалам.

Перед подачей к столу разбавить готовый напиток шампанским.

Мятно-клубничный напиток

5 веточек мяты, 20 г сахара, 50 г клубничного сока, 10 г лимонного сока, 30 г ванильного сиропа, 20 г сливок, колотый лед,

ягоды клубники.

В бокалах размять веточки мяты с небольшим количеством воды и сахара, после чего листья мяты удалить. Бокалы или пиалы наполнить колотым льдом и влить смесь клубничного и лимонного соков, добавить ванильный сироп. Сверху положить взбитые сливки, ягоды клубники и подать готовый напиток к столу.

Напиток с мятой и соком черной смородины

100 г сока черной смородины, 30 г лимонного сока, 50 г мятного сиропа, 10 г сахарного сиропа, колотый лед, веточки с ягодами смородины.

В подготовленные бокалы, заполненные на 4/5 кубиками льда, влить сок черной смородины, лимонный сок, мятный и сахарный сиропы, все перемешать.

Готовый напиток подать к столу, украсив веточками с ягодами смородины.

Мятный напиток с лимонным сиропом

100 г лимонного сока, 30 г лимонного сиропа, 20 г мятного сиропа, колотый лед, 1 лимон, веточки мяты.

Налить в приготовленные бокалы или пиалы со льдом лимонный сок, добавить лимонный и мятный сиропы, все перемешать.

Готовый напиток подать к столу, украсив тонкими ломтиками лимона и веточками свежей мяты.

Мятный напиток с абрикосовым соком

100 г абрикосового сока, 50 г мятного сиропа, 30 г лимонного сока, абрикосы.

В приготовленных бокалах или пиалах смешать абрикосовый сок, мятный сироп, лимонный сок, добавить пюре,

приготовленное из тушеных абрикосов. К столу готовый напиток подать, украсив нарезанными дольками абрикосов.

Мятный напиток с яблочным и томатным соками

200 г яблочного сока, 50 г томатного сока, 30 г мятного сиропа, 1 яблоко.

В приготовленные бокалы или пиалы с кубиками льда влить яблочный и томатный соки, все перемешать, добавить мятный сироп и вновь перемешать.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления, украсив бокалы или пиалы тонкими ломтиками свежего яблока.

Мятный напиток с клубникой и смородиной

150 г сока черной смородины, 150 г малинового сока, 30 г мятного сиропа, колотый лед, ягоды смородины и клубники.

В приготовленные бокалы или пиалы, заполненные мятным сиропом и сахаром, высыпать колотый лед и влить черносмородиновый и малиновый соки, все перемешать.

Готовый напиток подать к столу, украсив ягодами смородины и клубники.

Мятный напиток с яблочным морсом и абрикосовым соком

200 г абрикосового сока, 100 г яблочного морса, 30 г мятного сиропа, колотый лед, 50 г свежих или консервированных персиков.

В бокалы или пиалы, заполненные колотым льдом, влить абрикосовый сок и яблочный морс, добавить мятный сироп и все хорошо перемешать.

Готовый напиток подать к столу, украсив нарезанными дольками свежих или консервированных персиков.

Мятный напиток с минеральной водой

200 г мятного сиропа, 100 г минеральной воды, колотый лед.

В шейкере соединить мятный сироп и минеральную воду, все хорошо перемешать. Затем перелить полученную смесь в бокалы или пиалы с кубиками льда.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Мятный напиток с виноградным и вишневым соками

200 г виноградного сока, 50 г вишневого сока, 30 г мятного сиропа, 20 г сахара или сахарной пудры, колотый лед, 100 г ягод вишни.

В шейкере соединить мятный сироп с сахаром или сахарной пудрой, все перемешать, добавить виноградный и вишневый соки, все вновь перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам со льдом и подать к столу, украсив посуду ягодами вишни.

Мятный напиток с бурбоном и ромом

100 г бурбона, несколько веточек свежей мяты, 20 г сахара или сахарной пудры, 5 г темного рома, 1 лимон, колотый лед.

В посуду влить бурбон, положить веточки свежей мяты, всыпать сахар или сахарную пудру, все хорошо перемешать. Полученную смесь перелить в приготовленные бокалы или пиалы, заранее наполненные мелкими кубиками льда, и все перемешивать до тех пор, пока внешняя поверхность стенок посуды не покроется белым налетом, похожим на изморозь. В полученную смесь добавить темный ром и подать готовый напиток к столу, украсив края бокалов или пиал веточками мяты и тонкими ломтиками лимона.

Мятный напиток с томатным соком

200 г томатного сока, 50 г мятного сиропа, колотый лед.

В шейкере соединить мятный сироп и томатный сок. Все слегка перемешать и подать к столу, перелив в бокалы или пиалы со льдом.

Мятный напиток с гранатовым соком

200 г гранатового сока, 50 г мятного сиропа, колотый лед.

В шейкере соединить мятный сироп и гранатовый сок, все перемешать и разлить по бокалам или пиалам со льдом.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Мятный напиток со сливовым соком

200 г сливового сока, 200 г сока черной смородины, 50 г мятного сиропа, колотый лед, 20 г свежих или консервированных слив.

В шейкере соединить смородиновый и сливовый соки, добавить мятный сироп, все перемешать и перелить полученную смесь в бокалы или пиалы со льдом.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив мелко нарезанными ломтиками слив.

Мятный напиток с настоем чая

50 г крепкого настоя зеленого чая, 100 г яблочного сока, 50 г мятного сиропа, колотый лед, свежие или консервированные яблоки, листья мяты, сахар.

Листья мяты растереть с сахаром и небольшим количеством воды. Смешать чайный настой с яблочным соком, добавить мятный сироп. Напиток разлить по бокалам или пиалам со льдом.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив тонкими ломтиками и вырезанной в виде серпантина кожицей яблок.

Мятный напиток с гранатовым сиропом

50 г гранатового сока, 100 г виноградного сока, 20 г мятного сиропа, колотый лед, 1 лимон, листочки свежей мяты.

В приготовленные бокалы или пиалы со льдом и предварительно растертой мятой влить гранатовый и виноградный соки, добавить мятный сироп и, не размешивая, подать к столу, предварительно украсив ломтиком лимона.

Мятный напиток с вишневым соком и бананом

100 г вишневого сока, 1 банан, 30 г мятного сиропа, колотый лед, ягоды свежей вишни.

В бокалах или пиалах со льдом смешать вишневый сок и растертый в пюре банан, в полученную смесь добавить, не перемешивая, мятный сироп.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив ягодами вишни.

Мятный напиток с соком папайи

100 г сока папайи, 200 г клубничного сока, 30 г мятного сиропа, колотый лед, свежие фрукты и ягоды.

В шейкере со льдом соединить сок папайи и клубничный сок, все перемешать, добавить мятный сироп и пюре, приготовленное из тушеных фруктов и ягод, все вновь перемешать. К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив тонкими ломтиками свежих фруктов.

Мятный напиток с ванилином

100 г малинового сока, 50 г лимонного сока, 30 г ванильного сиропа, 30 г сливок, ягоды малины, колотый лед.

В шейкере со льдом смешать малиновый и лимонный соки,

влить ванильный сироп и слегка взбитые венчиком сливки, все перемешать и полученную смесь разлить по бокалам или пиалам.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив ягодами малинами.

Клубничный напиток с черничным соком

50 г клубничного сиропа, 100 г клубничного мороженого, 100 г черничного сока, свежие ягоды клубники.

Положить в шейкер размягченное мороженое и свежие ягоды клубники, влить смесь, приготовленную из черничного сока и клубничного сиропа, все перемешать. К столу готовый напиток подать сразу после приготовления или слегка охлажденным.

Молочный напиток с пряным сиропом

100 г абрикосового сока, 100 г персикового сока, 50 г пряного сиропа, 100 г молока.

Смешать в шейкере абрикосовый и персиковый соки, пряный сироп. Полученную смесь перелить в бокалы или пиалы и разбавить молоком.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Сливовый напиток с шоколадным сиропом

200 г сливового сока, 50 г шоколадного сиропа, 100 г фруктового мороженого, 20 г тертого горького шоколада.

В шейкере соединить сливовый сок и шоколадный сироп, хорошо перемешать. В приготовленные бокалы или пиалы положить размягченное мороженое и сверху налить приготовленную ранее смесь сливового сока с шоколадным сиропом. Готовый коктейль посыпать тертым шоколадом и подать к столу.

Вишневый напиток с мороженым

100 г вишневого сока, 100 г апельсинового сока, 50 г консервированных или свежих ягод вишни, 100 г фруктового мороженого, 20 г гвоздичного сиропа.

Положить в шейкер ягоды вишни и мороженое, встряхнуть и осторожно смешать. В чистом шейкере соединить вишневый и апельсиновый соки, добавить гвоздичный сироп и вылить полученную смесь в бокалы или пиалы, туда же перелить приготовленную смесь из ягод и мороженого.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Клубничный напиток с мороженым

100 г клубничного мороженого, 50 г ананасового сока, 100 г апельсинового сока, 1 яичный желток, 20 г лимонного сиропа, 50 г молока.

Смешать в шейкере апельсиновый и ананасовый соки, добавить лимонный сироп, слегка взбитый яичный желток и молоко, все перемешать.

В приготовленные бокалы или пиалы положить мороженое и влить полученную смесь. К столу готовый напиток подать охлажденным.

Напиток с фруктовым мороженым

200 г апельсинового сока, 100 г фруктового мороженого, 50 г мятного сиропа, 1 апельсин.

В бокал положить мороженое и украсить край бокала ломтиком апельсина. Затем взбить в шейкере апельсиновый сок с мятным сиропом и налить в бокал с мороженым. К столу напиток подать сразу после приготовления.

Морковный напиток

100 г абрикосового сиропа, 200 г морковного сока, 100 г фруктового мороженого.

В шейкере соединить размягченное мороженое, морковный сок и абрикосовый сироп, все осторожно перемешать, разлить по бокалам или пиалам.

К столу готовый напиток подать слегка охлажденным.

Ванильный напиток

100 г сливового сока, 50 г ванильного сиропа, 100 г виноградного сока, 50 г консервированных фруктов (сливы, абрикосы).

В шейкер положить измельченные фрукты, добавить смесь сливового и виноградного соков, предварительно смешанных с ванильным сиропом, все перемешать и разлить по бокалам или пиалам.

К столу готовый напиток подать охлажденным.

Фруктово-ягодный напиток

100 г вишневого сока, 200 г яблочного сока, 50 г рябинового сиропа, 100 г фруктового мороженого.

В шейкер положить размягченное мороженое и затем влить туда же хорошо перемешанные вишневый и яблочный соки, соединенные с рябиновым сиропом, все тщательно перемешать и разлить по бокалам или пиалам.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Гранатовый напиток с фруктовым мороженым

200 г гранатового сока, 100 г фруктового мороженого, 30 г сахарного или ванильного сиропа.

В шейкер положить размягченное фруктовое мороженое, после чего влить туда сахарный или ванильный сироп,

предварительно смешанный с гранатовым соком. Все осторожно перемешать и разлить по бокалам или пиалам.

К столу напиток подать слегка охлажденным.

Клубничный напиток с клюквенным соком

50 г клубничного сиропа, 100 г клюквенного сока, 100 г фруктового мороженого, 50 г консервированных или свежих фруктов.

В бокалы или пиалы положить фрукты и размягченное мороженое. Отдельно в шейкере смешать клубничный сироп с клюквенным соком, после чего перелить полученную смесь в бокалы или пиалы поверх мороженого.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Вишневый напиток с молоком и мороженым

50 г вишневого пюре, 100 г вишневого сиропа, 200 г молока, 100 г фруктового мороженого.

Смешать в шейкере вишневое пюре и вишневый сироп, влить молоко, все перемешать и перелить полученную смесь в бокалы или пиалы с размягченным мороженым.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Кофейный напиток с мороженым

30 г кофейного сиропа, 20 г рябинового сиропа, 100 г сливочного мороженого, 100 г молока.

Положить в бокалы или пиалы мороженое и налить сверху молоко, после чего все хорошо размешать. Смешать кофейный и рябиновый сиропы и перелить смесь в бокалы или пиалы с мороженым.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Молочный напиток с сиропом из черной смородины

50 г сиропа из черной смородины, 200 г молока, 50 г сливочного мороженого.

Смешать в шейкере сироп из черной смородины и молоко, вылить полученную смесь в бокалы или пиалы с предварительно размягченным мороженым.

К столу готовый напиток подать, не перемешивая, сразу после приготовления.

Кофейный напиток с ягодным желе

50 г кофейного сиропа, 80 г ягодного желе, 100 г виноградного сока, 20 г фруктов, 50 г мороженого.

Фрукты, мороженое положить в бокалы или пиалы. Кофейный сироп, ягодное желе и виноградный сок смешать в шейкере и перелить в бокалы или пиалы поверх мороженого.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив нарезанными ломтиками фруктами.

Лимонный напиток с молоком и мороженым

50 г лимонного сиропа, 100 г лимонного мороженого, 100 г молока, 1 лимон, сахар.

Украсить края бокалов или пиал «инеем» из сахара и закрепить на каждом по ломтику лимона.

Положить в бокалы или пиалы размягченное мороженое и влить смесь, приготовленную из лимонного сиропа и молока.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Персиковый напиток с клубничным мороженым

100 г клубничного мороженого, 100 г персикового сока, 100 г грушевого сока, дольки консервированных или свежих персиков,

свежие ягоды клубники.

В бокалы или пиалы положить мороженое и нарезанные маленькими дольками персики.

В шейкере смешать персиковый и грушевый соки и перелить в бокалы или пиалы.

Готовый напиток подать к столу, украсив разрезанными на половинки ягодами клубники.

Шоколадный напиток с мороженым

50 г шоколадного сиропа, 1 яичный желток, 50 г ванильного сиропа, 100 г шоколадного мороженого, 30 г сливок, свежие ягоды вишни.

Взбить венчиком яичный желток, влить в него ванильный и шоколадный сиропы, все перелить в шейкер и хорошо перемешать.

В приготовленные бокалы положить размягченное мороженое и поверх него налить смесь из желтка и сиропов.

Напиток подать к столу сразу после приготовления, украсив взбитыми в пену сливками и свежими ягодами вишни.

Чайный напиток с мороженым

100 г крепко заваренного зеленого чая, 100 г сливочного мороженого, 20 г ванильного сиропа, 30 г сливок.

Смешать в шейкере настой чая с ванильным сиропом, перелить в бокалы или пиалы с размягченным мороженым. Сверху положить взбитые в пену сливки.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Напиток с какао и мороженым

50 г сиропа какао, 100 г сливочного мороженого, 100 г молока, 30 г сливок, свежие ягоды клубники.

В бокалы или пиалы положить размягченное мороженое и

залить его сиропом какао. Сверху положить взбитые в пену сливки и разрезанные на половинки ягоды клубники.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Мандариновый напиток

100 г мандаринового сока, 20 г мятного сиропа, 50 г сливочного мороженого, свежие листья мяты.

Смешать в миксере или шейкере мандариновый сок и мятный сироп.

В бокалы или пиалы положить размягченное мороженое и сверху налить приготовленную смесь.

Готовый напиток подать к столу, украсив свежими листьями мяты.

Морковный напиток с мороженым

100 г морковного сока, 20 г абрикосового сиропа, 100 г сливочного мороженого, ванилин по вкусу.

В шейкере или миксере смешать морковный сок и абрикосовый сироп, перелить полученную смесь в бокалы или пиалы. Туда же положить размягченное мороженое и посыпать напиток сверху ванилином.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Вишнево-виноградный напиток с мороженым

50 г вишневого джема, 200 г виноградного сока, 30 г кофейного сиропа, 100 г сливочного мороженого, свежие ягоды вишни и винограда.

Смешать в миксере или шейкере вишневый джем, виноградный сок и кофейный сироп, все хорошо взбить. В бокалы или пиалы положить свежие ягоды, размягченное мороженое и влить смесь из джема, сока и кофейного сиропа.

Напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с мороженым и карамельным сиропом

50 г карамельного сиропа, 100 г сливочного мороженого, 50 г молока, 1 консервированная или тушеная груша, 10 г сливок.

Положить в бокалы или пиалы размягченное мороженое, влить молоко, смешанное с размятой в пюре консервированной или тушеной грушей, все залить сиропом, сверху выложить взбитые в пену сливки.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Цитрусовый напиток с красным вином

1 яйцо, 30 г цитрусового ликера, 50 г красного вина, 2 г измельченного мускатного ореха, колотый лед.

Взбить в шейкере яйцо с ликером, добавить колотый лед, вино, все хорошо встряхнуть и, предварительно процедив, разлить по бокалам или пиалам.

Перед подачей к столу напиток посыпать тертым мускатным орехом.

Напиток с белым вином

100 г белого вина, 20 г коньяка, 20 г цитрусового ликера, 1 яйцо, 2 г гвоздики, 2 г измельченного мускатного ореха, колотый лед.

Гвоздику завязать в марлевый узелок, опустить на несколько секунд в кипящую воду и тут же перенести в белое вино и оставить на 1-2 часа. Вино должно приобрести тонкий пряный аромат.

В шейкер с кубиками льда влить вино, коньяк, ликер и ввести яйцо. Все компоненты хорошо взбить и, предварительно процедив, разлить по бокалам или пиалам. Готовый напиток посыпать тертым мускатным орехом и подать к столу.

Яичный напиток с виноградным и апельсиновым соками

1 яйцо, 10 г сахарного сиропа, 100 г виноградного сока, 100 г апельсинового сока.

Взбить в шейкере яйцо и сахарный сироп, добавить виноградный и апельсиновый соки. Все хорошо перемешать и разлить по бокалам.

К столу напиток подать охлажденным.

Шоколадный напиток с апельсиновым сиропом

20 г апельсинового сиропа, 50 г шоколадного сиропа, 1 яичный желток, 100 г молока, 20 г сливок, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом апельсиновый и шоколадный сиропы, ввести в смесь желток и молоко.

Процеженный напиток перелить в бокалы или пиалы и выложить слегка взбитые сливки.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Молочный напиток с медом

50 г меда, 1 яичный желток, 100 г молока, 20 г сливок, колотый лед.

Смешать мед и яичный желток, добавить молоко. Полученную смесь налить в бокал или пиалу и сверху положить хорошо взбитые сливки.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток с соком черники

1 яичный желток, 30 г сахарного сиропа, 50 г сока грейпфрута, 100 г черничного сока, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом яичный желток и сахарный сироп, после чего, предварительно процедив, разлить по бокалам или

пиалам. В смесь добавить соки грейпфрута и черники и сразу подать к столу.

Напиток с клубничным сиропом

10 г лимонного сиропа, 30 г клубничного сиропа, 100 г смородинового сока, колотый лед.

Лимонный и клубничный сиропы смешать, добавить смородиновый сок, все хорошо перемешать, процедить и разлить по приготовленным бокалам или пиалам со льдом.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток с лимонным сиропом

1 яичный желток, 30 г лимонного сиропа, 100 г молока, 20 г сливок, колотый лед.

Яичный желток, лимонный сироп, молоко и сливки перемешать, влить в шейкер со льдом и хорошо взбить. К столу напиток подать сразу после приготовления.

Яичный напиток с томатным соком

1 яичный желток, 100 г томатного сока, 50 г молока, соль и красный или черный молотый перец по вкусу.

Взбить в шейкере яичный желток и томатный сок, добавить соль и перец, все перемешать. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам и разбавить молоком.

К столу готовый напиток подать слегка охлажденным.

Яичный напиток с шоколадом и мякотью авокадо

1 яичный желток, 50 г шоколадного сиропа, 50 г мякоти

авокадо, 100 г молока, 20 г сливок, колотый лед.

Взбить в шейкере яичный желток, шоколадный сироп, молоко, добавить пюре, приготовленное из слегка прогретой на медленном огне мякоти авокадо. Все перемешать и взбалтывать в течение минуты.

Готовый напиток процедить и разлить по бокалам или пиалам, украсив взбитыми сливками. К столу подать охлажденным.

Яичный напиток с какао и молоком

1 яичный желток, 30 г сиропа какао, 100 г молока, колотый лед.

Слегка взбитый венчиком яичный желток смешать с сиропом какао, добавить молоко, все хорошо перемешать и влить в шейкер со льдом. Полученную смесь тщательно взбить и разлить по бокалам или пиалам.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Яичный напиток с персиковым соком

1 яичный желток, 30 г лимонного сиропа, 50 г персикового сока, 100 г лимонного сока, колотый лед, 1 лимон.

Взбить в шейкере со льдом яичный желток, добавить лимонный сироп и персиковый сок, все перемешать и еще раз взбить. Вылить в бокалы или пиалы полученную смесь и разбавить лимонным соком.

Перед подачей к столу украсить бокалы или пиалы с напитком тонкими кружками лимона.

Абрикосово-ванильный напиток

1 яичный желток, 20 г ванильного сиропа, 50 г абрикосового сока, 100 г молока, 10 г сливок.

В шейкере со льдом взбить яичный желток, влить ванильный

сироп, абрикосовый сок, все перемешать, процедить и разлить по бокалам или пиалам, добавить молоко.

Готовый напиток украсить заранее взбитыми в крепкую пену сливками и сразу подать к столу.

Малиновый напиток с молоком

50 г малинового сиропа, 100 г молока, 50 г ягод малины, колотый лед.

В шейкере со льдом смешать малиновый сироп и молоко. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам.

К столу готовый напиток подать с колотым льдом, украсив сверху ягодами малины.

Напиток с черникой и молоком

1 яичный желток, 50 г черничного сока, 100 г молока, 10 г сливок, колотый лед.

Взбитые сливки переложить в бокалы или пиалы.

В шейкере со льдом смешать яичный желток, черничный сок и молоко. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам со сливками, остудить и подать к столу.

Молочный напиток с клубничным сиропом

1 яичный желток, 20 г лимонного сиропа, 50 г клубничного сиропа, 100 г молока, 10 г сливок, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом яичный желток, лимонный и клубничный сиропы, добавить молоко, вновь все взбить. Разлить полученную смесь по бокалам или пиалам, сверху положить взбитые сливки и подать готовый напиток к столу.

Чайный напиток с лимонным соком и молоком

1 яичный желток, 20 г лимонного сока, 100 г холодного крепкого настоя зеленого чая, 20 г сахара, 10 г рома, 100 г холодного молока.

Взбить в шейкере яичный желток, лимонный сок, настой зеленого чая, добавить сахар и ром. Полученную смесь вылить в бокалы или пиалы и разбавить молоком.

К столу готовый напиток подать охлажденным.

Яичный напиток с медом, молоком и мускатным орехом

20 г цветочного меда, 1 яичный желток, 100 г молока, 2 г тертого мускатного ореха.

Яичный желток взбить с медом до образования пены. Полученную смесь осторожно перемешать, постепенно вливая тонкой струйкой молоко.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам и украсить мускатным орехом. К столу подать слегка охлажденным.

Напиток с ореховым сиропом

1 яичный желток, 50 г орехового сиропа, 100 г молока, 20 г сливок.

В шейкере взбить яичный желток и ореховый сироп. Вылить полученную смесь в бокалы или пиалы, разбавить молоком и украсить сверху взбитыми сливками.

К столу напиток подать слегка охлажденным.

Апельсиновый напиток с медом

20 г меда, 100 г апельсинового сока, 20 г сливок, 1 яичный желток, колотый лед.

Яичный желток растереть с медом добела. Смешать полученную массу с апельсиновым соком.

Влить напиток в бокалы или пиалы со льдом и выложить

сверху предварительно взбитые в крепкую пену сливки.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Молочный напиток с апельсиновым соком и медом

1 яйцо, 100 г молока, 20 г цветочного меда, 50 г апельсинового сока, колотый лед, 1/2 апельсина или цедра.

Яйцо, молоко, мед и апельсиновый сок перемешать, перелить смесь в шейкер со льдом и все тщательно взбить. К столу готовый напиток подать сразу после приготовления. Бокалы можно украсить тонко нарезанными половинками кружочков апельсина или апельсиновой цедрой.

Молочный напиток с абрикосовым соком

1 яйцо, 100 г молока, 20 г сахара, 50 г абрикосового сока, 2 г тертого мускатного ореха, соль по вкусу.

Отделить белок от желтка и взбить их в разной посуде. В желток при взбивании добавить соль и всыпать требуемое количество сахара. Продолжая взбивать желтковую массу, влить холодное молоко. В полученную смесь осторожно ввести крутую белковую пену, добавить абрикосовый сок.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам и подать к столу, посыпав тертым мускатным орехом.

Напиток с карамельным сиропом

1 яичный желток, 50 г карамельного сиропа, 100 г молока, 20 г сливок.

Взбить в шейкере яичный желток, добавить карамельный сироп и молоко, все перемешать. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам и украсить взбитыми в крепкую пену сливками.

Медовый напиток с морковным соком

20 г меда, 1 яичный желток, 100 г минеральной воды, 20 г апельсинового сока, 100 г морковного сока, 20 г лимонного сока, колотый лед.

Растереть яичный желток с медом добела, добавить свежие соки (апельсиновый, лимонный, морковный), все хорошо перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам. Перед подачей к столу разбавить необходимым количеством предварительно слегка охлажденной минеральной воды.

Напиток с соком крыжовника

1 яичный белок, 80 г сока крыжовника, 20 г лимонного сока, 50 г минеральной воды, 10 г сахара, колотый лед.

Положить в миксер или шейкер колотый лед, слегка взбитый яичный белок, лимонный сок и сок крыжовника, всыпать сахар, все тщательно перемешать и взбить. Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам и перед подачей к столу разбавить минеральной водой.

Облепиховый напиток с мякотью маракуйи

50 г сока облепихи, 50 г мякоти маракуйи, 20 г лимонного сока, 10 г сахара, 100 г минеральной воды, колотый лед.

Смешать в миксере или шейкере слегка взбитый яичный белок, сок спелой облепихи, лимонный сок, добавить размятую в пюре мякоть предварительно прогретой на пару маракуйи, всыпать сахар и положить колотый лед, все перемешать и хорошо взбить. Взбивать смесь нужно в течение 2 минут до образования густой пены. Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам.

Перед подачей к столу разбавить минеральной водой.

Яичный напиток со сгущенным молоком

1 яичный желток, 1 ломтик белого хлеба, 100 г воды, 20 г лимонного сока, 10 г сгущенного молока, 5 г ванилина.

Ломтик хлеба залить кипятком, остудить и протереть через сито.

Яичный желток взбить в пену и добавить лимонный сок, сгущенное молоко и приготовленную ранее хлебную смесь. Взбивать полученную массу в течение минуты. Готовый напиток хорошо остудить и разлить по бокалам или пиалам, после чего, посыпав ванилином, подать к столу.

Напиток с шоколадным ликером

50 г шоколада, 100 г молока, 100 г шоколадного ликера, 20 г сахара, колотый лед.

Цельное молоко перелить в кастрюлю и подогреть на медленном огне, после чего растворить в нем сахар и шоколадный ликер. Смесь хорошо остудить, влить шоколадный ликер и хорошо размешать.

В приготовленные бокалы или пиалы положить лед, налить коктейль и подать к столу.

Молочный напиток с саке

20 г саке, 1 яйцо, 200 г молока, 2 г тертого мускатного ореха, колотый лед.

Взбить в шейкере саке, молоко, яйцо и колотый лед. Процедить полученную смесь и перелить ее в бокалы или пиалы, после чего слегка присыпать мускатным орехом и подать к столу.

Напиток с саке и лимонным соком

50 г саке, 10 г лимонного сока, 10 г сахарной пудры, 20 г коньяка, колотый лед.

Взбить в шейкере саке, лимонный сок, сахарную пудру и

кубики льда. Смесь процедить и разлить в бокалы. Напиток дополнить коньяком, не перемешивая.

Медовый напиток с ромом, саке и сливками

1 яичный желток, 20 г меда, 20 г рома, 10 г саке, 50 г молока, 10 г взбитых сливок, колотый лед.

Венчиком взбить сливки и переложить их в отдельный бокал или пиалу. В шейкере со льдом смешать яичный желток, цветочный мед, ром, саке, молоко, все взбить. Полученную смесь процедить и разлить по бокалам или пиалам. Сверху выложить взбитые сливки.

К столу напиток подать хорошо охлажденным.

Вишнево-абрикосовый напиток с саке

50 г вишневого сиропа, 1 яйцо, 20 г саке, 10 г абрикосового ликера, 2 г тертого мускатного ореха, колотый лед.

Взбить яйцо с абрикосовым ликером, перелить полученную смесь в шейкер со льдом, добавить саке и вишневый сироп, все перемешать. Смесь процедить и перелить в бокалы или пиалы.

Перед подачей к столу напиток слегка посыпать измельченным мускатным орехом.

Цитрусовый напиток с мускатным орехом и саке

50 г апельсинового сока, 20 г саке, 50 г цитрусового ликера, 1 яичный желток, 20 г сахарного сиропа, 2 г тертого мускатного ореха, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом апельсиновый сок, саке, ликер, яичный желток и сахарный сироп. Смесь процедить, перелить в бокал и посыпать тертым мускатным орехом.

Кофейный напиток со сливками

50 г кофейного ликера, 1 яйцо, 50 г крепкого настоя кофе, 20 г сахарного сиропа, 20 г сливок, 2 г гвоздики, колотый лед.

В шейкере со льдом смешать кофейный ликер, яйцо, настой кофе, сахарный сироп и сливки, добавить гвоздику, все перемешать и хорошо взбить.

Напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с саке и ромом

30 г саке, 20 г рома, 1 яйцо, 20 г шоколадного сиропа, 20 г сливок, 5 г тертого шоколада, колотый лед.

Смешать в шейкере со льдом саке, яйцо, сироп и сливки, все хорошо взбить. Полученную смесь процедить и разлить по бокалам или пиалам, после чего подать к столу, украсив тертым шоколадом.

Яичный напиток с саке

20 г саке, 1 яичный желток, 50 г соевого соуса, красный молотый перец по вкусу, 2 г тертого мускатного ореха, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом саке, яичный желток, соевый соус, все перемешать. Полученный напиток процедить, разлить по бокалам или пиалам, сверху посыпать красным молотым перцем и тертым мускатным орехом.

К столу напиток подать охлажденным.

Кофейный напиток с саке

1 яичный желток, 50 г кофейного сиропа, 100 г молока, 10 г саке, колотый лед.

Яичный желток, кофейный сироп, саке, молоко перемешать, перелить полученную смесь в шейкер и хорошо взбить с добавлением льда. Напиток процедить и перелить в бокалы или

пиалы.

Яичный напиток с ромом и саке

1 яичный желток, 30 г крепкого настоя чая, 20 г рома, 10 г саке, 10 г сливок, колотый лед.

Слегка взбитый яичный желток, настой чая, ром, саке и сливки соединить, перелить смесь в шейкер со льдом и хорошо перемешать.

К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив бокалы взбитыми в крепкую пену сливками.

Яичный напиток с саке и апельсиновым сиропом

1 яйцо, 50 г саке, 10 г сахара, 10 г апельсинового сиропа, 2 г тертого мускатного ореха, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом яйцо, саке, сироп и сахар. Полученную смесь перелить в бокалы или пиалы, посыпать тертым мускатным орехом и подать к столу.

Напиток с саке, джином и лимонным соком

20 г саке, 50 г джина, 20 г цитрусового ликера, 1 яйцо, 20 г лимонного сока, 10 г сахарного сиропа, тертая лимонная цедра, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом саке, джин, ликер, яйцо, лимонный сок и сахарный сироп. Полученную смесь процедить и перелить в бокалы или пиалы, сверху посыпать натертой лимонной цедрой и подать напиток к столу.

Молочный напиток с саке и ликером

20 г лимонного ликера, 100 г апельсинового сока, 20 г саке, 1 яйцо, 50 г молока, 10 г сахарного сиропа, колотый лед.

Взбить в шейкере со льдом ликер, саке, яйцо, молоко и сахарный сироп, смесь процедить, вылить в бокалы или пиалы и разбавить апельсиновым соком.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Шоколадный напиток с ликером и саке

100 г цельного молока, 15 г молотого кофе, 20 г сахара, 100 г шоколадного ликера, 50 г саке, 1 яйцо, кубики льда.

Желток отделить от белка и растереть его с сахаром, влить молоко, саке и ликер, всыпать кофе и все тщательно перемешать, добавить взбитый яичный белок.

В приготовленные бокалы или пиалы положить лед, налить коктейль и подать к столу, украсив молотым кофе.

Напиток с саке, вишневым сиропом и вишневым ликером

100 г вишневого сиропа, 30 г вишневого ликера, 50 г саке, 20 г лимонного сока, 100 г минеральной воды, колотый лед, 50 г ягод вишни.

В шейкере смешать вишневый сироп, вишневый ликер и саке, все взбить. В бокалы или пиалы положить колотый лед, ягоды вишни, налить минеральную воду, приготовленную ранее смесь и лимонный сок.

К столу напиток подать охлажденным.

Напиток с красным вином и саке

1 яичный желток, 20 г сахара, 50 г красного вина, 20 г саке, 30 г вишневого ликера, 100 г минеральной воды, колотый лед.

Яичный желток смешать с сахаром, переложить смесь в шейкер и хорошо взбить, после чего влить красное вино, вишневый ликер, добавить саке и вновь перемешать.

В приготовленные бокалы или пиалы положить колотый лед, налить готовый напиток и перед подачей к столу разбавить его предварительно охлажденной минеральной водой.

Напиток с саке и мятным ликером

100 г белого вина, 30 г мятного ликера, 20 г саке, 1 яичный желток, 20 г сахара, 50 г апельсинового сока, колотый лед, половина апельсина.

Яичный желток влить в шейкер, добавить сахар, белое вино, мятный ликер, саке, апельсиновый сок, положить колотый лед, все перемешать и взбить.

Готовый напиток перелить в бокалы или пиалы и подать к столу, предварительно охладив и украсив дольками апельсина.

Лимонный напиток с саке

1 лимон, 50 г пряного ликера, 20 г саке, колотый лед.

В шейкере соединить сок половины лимона, ликер, саке, положить колотый лед, все хорошо перемешать, после чего процедить полученную смесь через сито или сложенную в два слоя марлю и затем разлить по бокалам или пиалам.

К столу напиток подать, украсив края бокалов или пиал тонкими кружками лимона.

Лимонный напиток с саке и джином

Сок 1 лимона, 50 г пряного ликера, 20 г саке, 50 г джина, колотый лед.

Лимонный сок смешать с ликером, саке и джином. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам, положить кубики льда и подать готовый напиток к столу.

Напиток с джином и саке

100 г джина, 50 г саке, 50 г лимонного сока, 1 яичный белок.

Слегка взбить венчиком яичный белок, добавить джин, ликер, саке, лимонный сок и все перемешать. Налить готовый напиток в бокалы или пиалы и поместить в холодильник на 20-30 минут.

По истечении указанного времени напиток подать к столу.

Напиток с джином, саке и гренадином

100 г джина, 20 г саке, 50 г гренадина (смесь сиропов), 1 яичный белок.

Отделить яичный белок от желтка, слегка взбить его и смешать с джином, саке и гренадином. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам, остудить и подать к столу.

Напиток с коньяком и ликером

100 г коньяка, 100 г мятного ликера, 100 г апельсинового сока, колотый лед.

Колотый лед заложить в шейкер, добавить коньяк, мятный ликер, апельсиновый сок, все перемешать, процедить и разлить по бокалам или пиалам.

Готовый напиток подать к столу, предварительно охладив.

Напиток с малиновым сиропом, ликером и саке

50 г малинового сиропа, 70 г лимонного ликера, 20 г мятного ликера, 20 г саке, цедра 1 лимона, колотый лед.

Малиновый сироп смешать с лимонным и мятным ликерами, добавить саке и все хорошо взбить. Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам, положить кубики льда и измельченную цедру лимона.

Напиток с виски и ликером

30 г виски, 30 г мятного ликера, 10 г саке, 2 г карри.

В бокалы или пиалы положить небольшое количество карри. После этого налить туда виски, ликер и саке. Полученный напиток сильно остудить и затем подать к столу.

Напиток с саке и рябиновой настойкой

50 г рябиновой настойки, 100 г саке, 50 г минеральной воды, колотый лед.

Настойку влить в бокалы или пиалы и вращать их таким образом, чтобы слегка окрасилась внутренняя поверхность стенок. Половину настойки вылить. В бокалы или пиалы положить кубики льда, влить саке и минеральную воду и подать напиток к столу.

Кофейный напиток с саке

100 г кофейного ликера, 50 г саке, 50 г сливок, колотый лед.

В бокалы или пиалы влить кофейный ликер и саке, все перемешать, сверху положить взбитые в пену сливки. Туда же положить кубики льда и подать готовый напиток к столу.

Клюквенный напиток с саке

50 г саке, 30 г клюквенного сока, 1/2 лайма, колотый лед.

Из половины лайма отжать сок и перелить его в шейкер с кубиками льда. Туда же влить саке и клюквенный сок, все перемешать и, процедив через сито или сложенную в два слоя марлю, вылить в бокалы или пиалы с колотым льдом. К столу напиток подать сразу после приготовления.

Напиток с саке и ананасовым соком

100 г саке, 100 г сока ананаса, 50 г полусухое шампанское, колотый лед.

Саке и сок ананаса налить в шейкер и хорошо перемешать. В приготовленные бокалы или пиалы положить кубики льда, влить смесь рисовой водки и сока и добавить предварительно охлажденное шампанское.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Напиток с саке, гренадином и соками

100 г саке, 10 г гренадина, 100 г сока ананаса, 100 г апельсинового сока, 30 г лимонного сока или сока лайма, 50 г минеральной воды, ломтики ананаса, ягоды вишни, кружки лимона.

В шейкере со льдом соединить саке, гренадин, сок ананаса, апельсиновый и лимонный соки, все хорошо взбить. В бокалы или пиалы со льдом вылить приготовленную смесь, разбавить ее минеральной водой и вновь все тщательно перемешать. Перед подачей к столу бокалы или пиалы с напитком украсить ломтиками ананаса, ягодами вишни и тонкими кружками лимона.

Напиток с саке и виски

1 лимон или лайм, 100 г виски, 100 г саке, 10 г сахарной пудры, 50 г минеральной воды, колотый лед.

Из предварительно промытого проточной водой лимона отжать сок, соединить его с виски и саке, добавить сахарную пудру и все хорошо перемешать.

Полученный напиток разлить в бокалы или пиалы, влить минеральную воду, положить кубики льда и подать к столу.

Яичный напиток с саке и джином

1 яичный белок, 100 г джина, 100 г саке, 50 г мятного ликера,

колотый лед.

Предварительно охлажденный яичный белок взбить венчиком в пену.

Из половины промытого проточной водой лимона отжать сок. Белок соединить с лимонным соком, добавить джин, саке и ликер, все хорошо перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам, положить кубики льда и подать к столу.

Напиток с настойкой и саке

50 г перцовой настойки, 1 кубик сахара-рафинада, 50 г саке, лимонная цедра, колотый лед.

Кусочек сахара-рафинада положить в бокал с настойкой и, помешивая, растворить его.

В полученную смесь добавить саке, сок отжатой лимонной цедры, все перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам, положить кубики льда и подать к столу.

Напиток с ромом и персиковым сиропом

50 г белого рома, 10 г персикового сиропа, 20 г персикового ликера, 20 г апельсинового сока, 20 г ананасового сока, колотый лед, ломтики апельсина и ананаса.

В шейкере со льдом соединить ром, персиковый ликер, персиковый сироп, апельсиновый и ананасовый соки, все перемешать.

Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам, остудить и подать к столу, украсив тонкими ломтиками апельсина и ананаса.

Напиток с саке и ликером из тропических фруктов

100 г саке, 100 г ликера из тропических фруктов, 1 лимон, 1

апельсин, колотый лед.

Из половины лимона и половины апельсина отжать сок, соединить его с саке и ликером.

В полученную смесь влить ананасовый и апельсиновый соки и все перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам с кубиками льда и подать к столу, украсив тонкими кружками лимона и ломтиками апельсина.

Напиток с саке и текилой

100 г саке, 10 г виски, 20 г текилы, 10 г джина, 30 г гранатового сиропа, колотый лед.

В шейкере со льдом соединить саке, виски, текилу, джин и гранатовый сироп, все перемешать, процедить через мелкое сито или сложенную в два слоя марлю и разлить по бокалам или пиалам.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с саке и вермутом

100 г саке, 100 г вермута, 30 г мятного ликера, лимонная цедра, колотый лед.

В шейкере смешать саке и вермут, добавить мятный ликер и предварительно натертую на мелкой терке или измельченную в комбайне цедру лимона, все хорошо перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам со льдом и подать к столу, украсив края посуды фигурно вырезанной кожурой лимона.

Напиток с саке и ликером киви

100 г саке, 50 г ликера киви, 30 г минеральной воды, колотый лед.

В шейкере со льдом соединить саке и ликер, все тщательно

перемешать, после чего процедить через мелкое сито или сложенную в два слоя марлю, разлить по бокалам или пиалам и разбавить минеральной водой.

К столу готовый напиток подать охлажденным.

Напиток с саке, мятным ликером и орехами

100 г саке, 100 г мятного ликера, 50 г апельсинового ликера, 10 г измельченных грецких орехов, колотый лед, несколько листочков мяты.

В шейкере соединить саке и ликеры, разлить полученную смесь по бокалам или пиалам со льдом, сверху присыпать измельченными ядрами грецких орехов. Перед подачей к столу края бокалов или пиал с напитком украсить свежими листочками мяты.

Напиток с саке и бренди

5 г ликера «Амаретто», 30 г бренди, 10 г джина, 10 г апельсинового ликера, 10 г саке, 10 г лимонного сока, колотый лед.

Соединить в шейкере со льдом ликеры, бренди, джин и саке, все перемешать, добавить лимонный сок и вновь смешать, после чего полученную смесь процедить через сито или марлю и разлить по бокалам или мелким пиалам с кубиками льда.

К столу напиток подать сразу после приготовления.

Напиток с саке и вишневым ликером

100 г саке, 100 г вишневого ликера, 30 г вишневого сиропа, 50 г апельсинового сока, колотый лед.

В шейкере соединить саке и вишневый ликер, добавить вишневый сироп и апельсиновый сок, все хорошо перемешать.

Полученный напиток разлить по бокалам или пиалам со льдом и сразу подать к столу.

Напиток с виски и вермутом

100 г виски, 100 г вермута, 20 г саке, цедра 1 апельсина, колотый лед.

В шейкере смешать виски и вермут, добавить саке и вновь все перемешать. В приготовленные бокалы или пиалы с кубиками льда налить полученный напиток, украсить край посуды фигурно вырезанной цедрой апельсина, остудить и затем подать к столу.

Напиток с ликером и ромом

100 г коньяка, 100 г мятного ликера, 10 г саке, 10 г рома, сок 1 лимона, колотый лед.

В шейкере смешать коньяк, мятный ликер и ром, добавить саке и все перемешать.

Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам, добавить кубики льда, сбрызнуть свежевыжатым лимонным соком и подать к столу.

Напиток с саке, ликером и сливками

100 г саке, 100 г какао-ликера, 50 г сливок, цедра 1 лимона, колотый лед.

Саке, ликер и сливки соединить в шейкере, хорошо перемешать и взбить. Разлить полученную смесь по бокалам или пиалам со льдом.

Перед подачей к столу готовый напиток сбрызнуть соком, выжатым из лимонной цедры.

Напиток с саке, вермутом и ликером

100 г саке, 100 г мятного ликера, 50 г апельсинового ликера, 100 г вермута, 20 г лимонного сока, колотый лед.

В шейкере соединить саке, мятный и апельсиновый ликеры,

вермут, добавить лимонный сок и все хорошо перемешать.

В приготовленные бокалы или пиалы со льдом налить приготовленный коктейль. Готовый напиток остудить и подать к столу.

Напиток с саке и грейпфрутовым ликером

100 г саке, 50 г грейпфрутового ликера, 20 г ликера «Амаретто», 20 г мятного ликера, 30 г ананасового сока, колотый лед.

Смешать в шейкере со льдом саке, грейпфрутовый и мятный ликеры, добавить ликер «Амаретто» и ананасовый сок, все взбить, процедить полученную смесь через сито и разлить по бокалам или мелким пиалам с кубиками льда. К столу готовый напиток подать сразу после приготовления.

Напиток с саке, вермутом и вишневым ликером

100 г вермута, 100 г саке, 100 г вишневого ликера, 20 г вишневого сиропа, 2 г банановой эссенции, колотый лед.

В шейкере соединить вермут, саке, вишневый ликер и сироп, добавить банановую эссенцию, все хорошо перемешать.

Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам со льдом, украсить край посуды фигурно вырезанной цедрой апельсина и подать готовый напиток к столу.

Напиток с саке, вермутом и ликером киви с курагой

100 г вермута, 50 г ликера киви, 30 г саке, 10 г коньяка, 1 лимон, 20 г кураги.

Смешать в шейкере слегка охлажденные вермут, ликер, саке и коньяк. В приготовленные бокалы или пиалы положить кубики льда, разделенную на половинки курагу, влить приготовленную смесь.

Край посуды с готовым напитком украсить тонким кружком

лимона и подать к столу.

Напиток с вермутом и корицей

100 г вермута, 50 г коньяка, 10 г саке, 20 г мятного ликера, 3 г корицы, колотый лед.

Смешать в шейкере вермут, коньяк, саке, мятный ликер и все хорошо взбить. Полученную смесь перелить в приготовленные бокалы или пиалы с кубиками льда, посыпать корицей и подать к столу.

Напиток с саке, ликером и гранатовым соком

50 г саке, 50 г ликера, 20 г гранатового сока, 20 г апельсинового сока, колотый лед.

Соединить в шейкере саке, ликер, гранатовый и апельсиновый соки, все хорошо перемешать и разлить полученную смесь по бокалам или пиалам с кубиками льда.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Цитрусовый напиток с красным вином и саке

100 г красного вина, 50 г саке, несколько кусочков сахара-рафинада, 1 лимон, 50 г минеральной воды, 1 апельсин, колотый лед.

Кусочки сахара-рафинада залить небольшим количеством свежевыжатого лимонного сока, добавить смесь, приготовленную из красного вина, саке и минеральной воды.

Все перемешать, положить нарезанные дольки апельсина и колотый лед. Готовый напиток разлить по бокалам или пиалам и сразу подать к столу.

Напиток с саке, мандариновым и мятным ликерами

100 г саке, 30 г мандаринового ликера, 30 г мятного ликера, 10 г коньяка.

Приготовленные бокалы или пиалы наполнить саке, мандариновым и мятным ликерами, добавить коньяк и, не перемешивая, подать к столу.

Напиток с саке и клубничным ликером

100 г саке, 50 г клубничного ликера, 10 г коньяка, ягоды клубники.

В пиалы или бокалы влить поочередно саке, клубничный ликер и коньяк. К столу готовый напиток подать сразу после приготовления, украсив края посуды половинками ягод клубники.

Напиток с саке и шоколадным ликером

100 г саке, 20 г шоколадного ликера, 10 г коньяка, 100 г горького шоколада.

В приготовленные пиалы или бокалы слоями влить шоколадный ликер, коньяк и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, посыпав сверху тертым шоколадом.

Напиток с саке и настойкой из цветков сакуры

100 г саке, 20 г шоколадного ликера, 10 г настойки из цветков сакуры, 50 г молочного шоколада.

В приготовленные бокалы или пиалы влить поочередно шоколадный ликер, саке и настойку, приготовленную из цветков сакуры.

Готовый напиток, не перемешивая, подать к столу, украсив сверху тертым шоколадом.

Напиток с саке, настойкой из цветков сакуры и гранатовым сиропом

100 г саке, 30 г настойки из цветков сакуры, 20 г гранатового сиропа.

На дно бокалов или пиал влить гранатовый сироп, затем налить саке и настойку из цветков сакуры.

Не перемешивая, подать напиток к столу.

Напиток с саке и виски

100 г саке, 50 г виски, 10 г мятного сиропа, 10 г гранатового сиропа, свежие листья мяты.

В приготовленные бокалы или пиалы влить слоями гранатовый сироп, мятный сироп, затем саке и виски. Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив свежими листьями мяты.

Напиток с саке, мятным ликером и ликером какао

100 г саке, 20 г мятного ликера, 30 г ликера какао, листья мяты, какао-порошок, сахар.

В бокалы или пиалы влить ликер какао, поверх него – мятный ликер и саке. К столу напиток подать сразу после приготовления, не перемешивая, украсив листьями мяты и посыпав небольшим количеством порошка какао, смешанного с сахаром.

Напиток с саке, ромом и фруктовыми ликерами

100 г саке, 40 г рома, 20 г бананового ликера, 20 г апельсинового ликера, 20 г мятного ликера, 10 г ромового ликера, листья мяты.

На дно приготовленных бокалов или пиал влить ром, затем слоями банановый, апельсиновый, мятный и ромовый ликеры,

сверху – саке.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления, украсив листьями мяты.

Напиток с саке и бренди

100 г саке, 30 г персикового бренди, 10 г мятного ликера.

В бокалы или пиалы влить слоями персиковый бренди, мятный ликер и затем саке. Напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с саке, ликером и бренди

100 г саке, 30 г шоколадного ликера, 20 г абрикосового бренди, 10 г коньяка, 50 г горького шоколада.

В пиалы или бокалы сначала влить шоколадный ликер, затем абрикосовый бренди, коньяк и в последнюю очередь саке. Напиток подать к столу сразу после приготовления, сверху посыпать тертым шоколадом.

Напиток с саке, фруктовым ликером и бренди

100 г саке, 30 г бананового ликера, 20 г абрикосового бренди, мякоть гуавы.

На дно бокала или пиалы выложить пюре, приготовленное из мякоти гуавы, влить банановый ликер, абрикосовый бренди и саке. Напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с саке, ликером какао и ягодным бренди

100 г саке, 30 г ликера какао, 30 г вишневого бренди, 20 г клубничного бренди, ягоды вишни и клубники.

В пиалы или бокалы влить ликер какао, затем добавить вишневый и клубничный бренди, сверху вылить саке. Напиток подать к столу сразу после приготовления, украсив ягодами вишни и клубники.

Напиток с саке, вишневым ликером и гранатовым сиропом

100 г саке, 50 г вишневого ликера, 20 г гранатового сиропа, ягоды вишни.

В бокалы или пиалы влить гранатовый сироп, затем вишневый ликер и сверху саке. К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив ягодами вишни.

Напиток с саке, ликером и сливками

100 г саке, 30 г клубничного ликера, 20 г сливок.

В бокалы или пиалы влить клубничный ликер и саке. Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив взбитыми сливками.

Напиток с саке, ликером и ромом

100 г саке, 20 г ликера «Амаретто», 10 г персикового ликера, 20 г темного рома, 10 г мандаринового сока, 10 г мятного сиропа, листья мяты.

В бокалы или пиалы налить ликер «Амаретто», персиковый ликер, ром, мятный сироп, мандариновый сок и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив листьями мяты.

Напиток с саке, фруктовым ликером и бренди

100 г саке, 50 г ананасового ликера, 20 г банановогo ликера, 10 г бренди.

В бокалы или пиалы влить, не перемешивая, ананасовый и банановый ликеры, бренди и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив край посуды кружочками банана.

Напиток с саке, ромом и настойкой из цветков сакуры

100 г саке, 20 г рома, 20 г мятного ликера, 20 г настойки из цветков сакуры.

В бокалы или пиалы влить слоями мятный ликер, ром, саке и настойку, приготовленную из цветков сакуры.

Не перемешивая, подать напиток к столу.

Напиток с саке, ягодным ликером и виски

100 г саке, 50 г клубничного ликера, 20 г мятного ликера, 20 г виски, ягоды клубники.

В бокалы или пиалы влить поочередно клубничный и мятный ликеры, виски и саке.

Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив ягодами клубники.

Напиток с саке, вишневым ликером и шампанским

100 г саке, 30 г вишневого ликера, 30 г шампанского, ягоды вишни.

В бокалы или пиалы влить вишневый ликер, саке и шампанское. Не перемешивая ингредиентов, подать напиток к столу, украсив ягодами вишни.

Напиток с саке и яичным желтком

100 г саке, 50 г рома, 50 г вишневого ликера, 1 яичный желток.

В бокалы или пиалы влить вишневый ликер, затем ром и саке, сверху осторожно, стараясь не повредить оболочку, выложить яичный желток. К столу напиток подать сразу после приготовления.

Напиток с саке, апельсиновым ликером и коньяком

50 г саке, 100 г апельсинового ликера, 20 г коньяка, 20 г мятного ликера, дольки апельсина.

В бокалы влить апельсиновый и мятный ликеры, затем коньяк и саке. Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив разрезанными на несколько частей дольками апельсина.

Напиток с саке, ликером и яичным желтком

100 г саке, 100 г персикового ликера, 1 яичный желток, свежий персик.

В бокалы налить персиковый ликер и саке, сверху осторожно выложить яичный желток.

Напиток подать к столу, украсив край посуды нарезанным мелкими кусочками персиком.

Напиток с саке и кофе

100 г саке, 100 г ликера какао, 10 г растворимого кофе, 20 г мятного ликера, кофейные зерна.

В бокалы влить ликер какао, мятный ликер, саке и затем тонким слоем высыпать растворимый кофе.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив зернами кофе.

Напиток с саке и текилой

100 г саке, 20 г настойки из цветков сакуры, 30 г текилы, 10 г мятного ликера.

В бокалы влить мятный ликер, текилу, настойку из цветков сакуры и саке. Не перемешивая, подать напиток к столу.

Напиток с саке и земляничным ликером

100 г саке, 50 г земляничного ликера, 20 г ликера какао, ягоды земляники.

В бокалы влить земляничный ликер, ликер какао и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив ягодами земляники.

Напиток с саке, шоколадным и кокосовым ликерами

100 г саке, 100 г шоколадного ликера, 100 г кокосового ликера, 10 г кокосовой стружки, 50 г горького шоколада.

В приготовленные бокалы или пиалы влить шоколадный и кокосовый ликеры и саке.

Не перемешивая, подать напиток к столу, посыпав кокосовой стружкой и украсив измельченным шоколадом.

Напиток с саке, ликером и шоколадом

100 г саке, 50 г ликера какао, 20 г мятного ликера, 10 г кокосовой стружки, 30 г молочного шоколада.

В бокалы или пиалы влить ликер какао, мятный ликер и саке. Не перемешивая ингредиентов, подать напиток к столу, украсив кокосовой стружкой и тертым шоколадом.

Напиток с саке, ягодным ликером и текилой

100 г саке, 100 г малинового ликера, 30 г текилы, 50 г мятного ликера, 20 г малинового сиропа, ягоды малины.

В бокалы влить малиновый и мятный ликеры, малиновый сироп, текилу и саке. Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив ягодами малины.

Напиток с саке и кокосовым ликером

100 г саке, 100 г кокосового ликера, 20 г мятного ликера, 10 г кокосовой стружки.

В бокалы или пиалы влить кокосовый и мятный ликеры, добавить саке. Не перемешивая, подать напиток к столу, посыпав кокосовой стружкой.

Напиток с саке и шнапсом

100 г саке, 50 г шнапса, 20 г мятного сиропа, листья мяты.

В приготовленные бокалы или пиалы влить мятный сироп, шнапс и саке. Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив листьями мяты.

Напиток с саке, шнапсом и шоколадным ликером

50 г саке, 50 г шнапса, 50 г шоколадного ликера, 10 г мятного ликера, листья мяты, 50 г шоколада.

В бокалы или пиалы влить шоколадный и мятный ликеры, шнапс и саке. К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив листьями мяты и измельченным шоколадом.

Напиток с саке, настойкой и ликером «Мидори»

100 г саке, 100 г настойки из цветков сакуры, 50 г ликера «Мидори», 10 г кокосовой стружки.

В приготовленные бокалы влить поочередно ликер «Мидори», затем настойку, приготовленную из цветков сакуры, и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив кокосовой стружкой.

Напиток с саке и ликерами

100 г саке, 30 г ликера «Кюрасао», 50 г ликера «Мидори», 10 г мятного сиропа, листья мяты.

В бокалы влить ликеры, мятный сироп и саке. Не перемешивая ингредиентов, подать напиток к столу, украсив листьями мяты.

Напиток с саке, мятным ликером и виски

100 г саке, 50 г мятного ликера, 20 г виски, свежие листья мяты, корица.

В приготовленные бокалы или пиалы влить мятный ликер, виски, саке. Не перемешивая, подать напиток к столу, украсив листьями мяты и посыпав молотой корицей.

Напиток с саке, ликером «Мидори» и ликером какао

100 г саке, 50 г ликера «Мидори», 50 г ликера какао, 10 г порошка какао, 10 г сахара.

В приготовленные бокалы или пиалы влить ликеры какао и «Мидори», затем – саке.

Напиток подать к столу сразу после приготовления, посыпав порошком какао, смешанным с сахаром.

Напиток с саке и ликером «Кюрасао»

100 г саке, 50 г банановогo ликера, 50 г ликера «Кюрасао», листья мяты.

В приготовленные бокалы или пиалы влить, не перемешивая, банановый ликер, ликер «Кюрасао» и саке.

Напиток подать к столу сразу после приготовления, украсив листьями мяты.

Напиток с саке и ромовым ликером

100 г саке, 50 г ромового ликера, 50 г вишневого ликера, 50 г банановогo ликера, 1 банан.

В бокалы или пиалы влить слоями ромовый, вишневый и банановый ликеры, затем – саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив края посуды кружочками банана.

Напиток с саке, бренди и настойкой

100 г саке, 50 г вишневого бренди, 20 г банановогo ликера, 20 г мятного сиропа, листья мяты и ягоды вишни.

В бокалы или пиалы влить банановый ликер, мятный сироп, вишневый бренди и саке.

Напиток подать к столу слегка охлажденным, украсив листьями мяты и ягодами вишни.

Напиток с саке, вишневым ликером и вином

100 г саке, 50 г вишневого ликера, 1 яичный желток, 10 г коньяка, 20 г десертного вина, колотый лед.

В шейкере соединить саке, вишневый ликер, слегка взбитый яичный желток, добавить коньяк, десертное вино и все хорошо перемешать.

Полученную смесь разлить по бокалам или пиалам, положить кубики льда и сразу подать к столу.

Напиток с саке, текилой и ликером «Мидори»

100 г саке, 50 г текилы, 50 г ликера «Мидори», 10 г мятного ликера, листья мяты.

В приготовленные пиалы или бокалы влить мятный ликер, ликер «Мидори», текилу и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив листьями мяты.

Напиток с виски и молоком

100 г виски, 100 г молока, 10 г сахара или сахарной пудры, колотый лед.

Смешать в шейкере сахар или сахарную пудру с молоком, влить охлажденные виски и разлить полученную смесь по бокалам или пиалам со льдом.

Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с саке и шампанским

100 г шампанского, 20 г саке, 30 г вермута, колотый лед.

В шейкере со льдом соединить шампанское, саке и вермут.

Все хорошо перемешать и разлить по приготовленным бокалам или пиалам с кубиками льда. Готовый напиток подать к столу сразу после приготовления.

Напиток с саке, шоколадным ликером и ликером «Кюрасао»

100 г саке, 50 г шоколадного ликера, 50 г ликера «Кюрасао», 50 г шоколада.

В приготовленные бокалы влить шоколадный ликер, ликер

“Кюрасао” и саке.

К столу напиток подать сразу после приготовления, украсив тертым шоколадом.

СОУСЫ

Соусы являются изюминкой традиционной японской кухни. Каждое горячее блюдо и холодную закуску в Японии подают к столу только вместе с тем или иным соусом, который призван подчеркнуть вкус основного блюда. Особенно популярен в Стране восходящего солнца соевый соус сёю.

Необходимо заметить, что японские повара при использовании специй и соусов руководствуются принципом соблюдения предельной простоты.

В качестве приправы в Японии чаще всего применяются сычуаньский перец (иногда в смеси с измельченной цедрой апельсина или мандарина) и жгучий перец чили.

Кроме того, популярностью в японской кухне пользуется хрен васаби, который входит в состав соусов и пасты, подаваемой к сырой рыбе (сасими). Для усиления вкуса и украшения основного блюда японцы часто используют такие травы, как водяной перец, перилла, а также молодые листья сычуаньского перца.

Соус «Тэрияки» к морепродуктам

50 г соевого соуса сёю, 10 г сахара, 50 г десертного вина, 5 г измельченного имбиря.

В соевый соус всыпать сахар и тертый корень имбиря, добавить сахар и десертное вино и все тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции.

Полученный соус подать к горячим или холодным блюдам, приготовленным из рыбы и морепродуктов.

Соус «Тэрияки» к мясным блюдам

50 г соевого соуса сёю, 2 г сахара, 10 г саке, 1 зубчик чеснока, 20 г измельченного имбиря.

В соевый соус высыпать сахар, добавить саке, толченый чеснок и тертый имбирь, все хорошо перемешать. Полученную смесь подать к столу к мясному блюду.

Соус «Тэрияки» к мясу птицы

150 г соевого соуса сёю, 30 г сахара, 100 г десертного вина, 10 г саке, 1 зубчик чеснока, 10 г измельченного имбиря.

В соевый соус всыпать сахар, добавить толченый зубчик чеснока и тертый корень имбиря, все тщательно перемешать. В полученную смесь влить вино и саке и вновь перемешать до получения массы однородной консистенции.

Соус «Амадзу» (сладкий)

30 г рисового уксуса, 20 г сахара, 1 г соли.

Рисовый уксус вылить в маленькую кастрюльку, поставить на медленный огонь, всыпать сахар и соль и проварить при постоянном помешивании до полного растворения крупинок сахара и соли.

Соус «Самбайдзу» (кисло-сладкий)

30 г рисового уксуса, 3 капли соевого соуса сёю, 20 г сахара, 2 г соли, 10 г готового бульона.

Рисовый уксус соединить с соевым соусом и бульоном, в полученную смесь всыпать сахар и соль. Все хорошо перемешать и подать готовый соус к столу.

Кунжутный соус

50 г рисового уксуса, 50 г соевого соуса сёю, 30 г светлого кунжутного семени, 20 г рисового вина мирин.

Рисовый уксус соединить с соевым соусом, добавить кунжутное семя и вино, все тщательно перемешать, слегка остудить и подать к столу.

Оливковый соус

200 г оливкового масла, 5 г готовой горчицы, 3 желтка, 5 г сахара, 15 г 3%-ного раствора уксусной кислоты.

Яичные желтки растереть, добавить горчицу, всыпать сахар и все хорошо перемешать до получения массы однородной консистенции.

После этого в полученную смесь при постоянном помешивании небольшими порциями влить оливковое масло. Далее добавить раствор уксусной кислоты. Вновь все перемешать до получения сравнительно густой однородной массы без комочков.

Приготовленный соус перелить в стеклянную тару, плотно закрыть крышкой и поместить в холодное место.

Острый соус с хреном васаби

150 г хрена васаби, 150 г 3%-ного раствора уксусной кислоты,

150 г кипяченой воды, 70 г сахара, соль по вкусу.

Корень хрена васаби очистить, тщательно промыть проточной водой и затем измельчить на мелкой терке, после чего переложить полученную массу в стеклянную тару и залить горячей водой. Смесь немного остудить, всыпать сахар и влить раствор уксусной кислоты, все хорошо перемешать. Банку с соусом поместить в холодное место и хранить до использования.

Острый сметанный соус

200 г сметаны, 200 г хрена васаби, 50 г 3%-ного раствора уксусной кислоты, 40 г сахара.

Корень хрена васаби очистить, хорошо промыть проточной водой и натереть на терке, после чего добавить сметану, сахар и влить раствор уксуса. Все тщательно перемешать, переложить в стеклянную тару, плотно закрыть ее крышкой и оставить в холодном месте на час.

Острый сметанный соус с хреном васаби хранить в холодном месте до использования.

Икорный соус

100 г икры, 50 г воды, 2 г концентрата вейдзин, 20 г соевого масла, 1 лимон.

В горячую воду выложить икру, добавить концентрат вейдзин и все взбить венчиком или миксером. После этого влить в полученную смесь соевое масло, сок лимона и все вновь хорошо взбить.

Полученную смесь остудить, перелить в стеклянную тару и поместить в холодильник на 2 часа.

Лимонно-луковый соус

50 г сливочного масла, 1 луковица, 100 г сахара, 100 г лимонного сока, 30 г пшеничной муки, 300 г готового мясного

бульона.

Репчатый лук очистить, хорошо промыть проточной водой и мелко нарезать, после чего, слегка присыпав мукой, обжарить в предварительно разогретой сковороде с раскаленным маслом до золотистого цвета, затем добавить мясной бульон.

Все хорошо перемешать и тушить в течение 2 часов.

Готовую смесь процедить через сито, всыпать сахар, добавить лимонный сок, все вновь тщательно перемешать до получения массы однородной консистенции.

Приготовленный соус перелить в стеклянную тару и хранить в прохладном месте до использования.